ناوەندی ڕەها
بۆ چاپ و بڵاوکردنەوە

تەنیا بۆ ئافرەتان



نووسینی:
ئێم سۆسا

وەرگێڕانی:
بەنان عەتا





بەڕێوەبەری گشتیی
ناوەند: زامدار قادری

بەڕێوەبەری چاپ و
بڵاوکردنەوە: ئەیاد نادر

هەولێر، بازاڕی ڕۆشنبیری، تەنیشت پارێزگا
+964 750 406 6674
Nawandi Raha / ناوەندی ڕەها



تەنیا بۆ ئافرەتان



نووسینی

ئێم سۆسا

وەرگێڕانی

بەنان عەتا

چاپی یەکەم

٢٠٢٠

ناوەندی ڕەها
بۆ چاپ و بڵاوکردنەوە

ژمارەی بڵاوکراوە: ٥٧

ناوی کتێب: تەنیا بۆ ئافرەتان

نووسینی: ئێم سۆسا

وەرگێڕانی: بەنان عەتا

پێداچوونەوەی: کەیوان هەورامی

دیزاینی ناوەوە: ئەیاد نادر

دیزاینی بەرگ: ئیبراهیم ساڵح

ساڵی چاپ: چاپی چوارەم (٢٠٢٠)

تیراژ: ١٠٠٠ دانە

لە بەڕێوەبەرایەتیی کتێبخانە گشتییەکان ژمارە سپاردنی (٤٦٠) ـی ساڵی ٢٠٢٠ـی پێدراوە.

پێڕستی بابەتەکان

پێشەکیی وەرگێڕی فارس ٨
پێشەکیی نووسەر ١٠
دەستپێک ١١
بەها خودییەکانی ئێوە........................ ١٢
ئەمە جەستەی ئێوەیە ڕێزی لێ بگرن ١٧
تێگەیشتن لە پیاوان........................ ٢٢
گۆڕینی پیاوان........................ ٢٧
ڕێزگرتن لە تایبەتمەندییەکانی کەسی بەرانبەر........................ ٣٤
پێویست ناکات سەرجەم کارەکانتان پێکەوە بکەن ٣٧
بەهای ئەو کارانە بزانن کە ئەنجامی دەدات........................ ٣٩
بۆڵەبۆڵکردن بارودۆخەکە باشتر ناکات........................ ٤٢
پەلەکردن لە بەستنی پەیوەندییەکان ٤٦
ئەمە تەنیا پەیوەندییەک نییە ٥٠
ئێوە تەواوکەری خۆتانن ٦٠
گەڕانەوە بۆ پەیوەندییەك کە زیانی پێتان گەیاندووە........................ ٦٥
وێرانکاری (دەستپێکردنەوەی دوبارە)........................ ٧٤
ئازادیان بکەن تا بتوانن هەناسەیەک هەڵکێشن ٨٣
هەڵەکانم بۆم بوونە وانە ٩٣

پێشەکیی وەرگێڕی فارس

ئەم کتێبەی کە لە بەردەستتاندایە، کاری ئوم سوسای نووسەری کتێبی «دووڕیان»ـە. ئەو بە پێنووسە کاریگەرەکەی، بیرکردنەوە و ئەزموونی خۆی لە یەکەمین کتێبیدا بە ناوی *هەڵەکانی ژنێک* لەگەڵ کەسانی دیکەدا بەش کردووە تا بەڵکوو ژنان دووبارە بەها لەدەستچووەکەی خۆیان بزاننەوە.

ئەم کتێبە ئەو هێزە بە ئێوە دەدات تا زیاتر بتوانن کۆنترۆڵی هەستی خۆتان بکەن و ڕەنگە ببێتە هۆی ئەوەی یادگاریی بەئازارتان بیر بکەوێتەوە و تەنانەت ڕەنگە پێتان نیشان بدات لە هاوسەرگیریی پێشوودا لە چ هەنگاوێکدا هەڵەتان کردووە، بەڵام وانەیەکی گرنگ و پڕبایەختان پێ دەدات: ئەشق بۆ خودی خۆت.

ئەم کتێبە چەندین هەڵە نیشانی ئێمەی ئافرەتان دەدات کە لە هاوسەرگیریدا تووشیان دەبین.

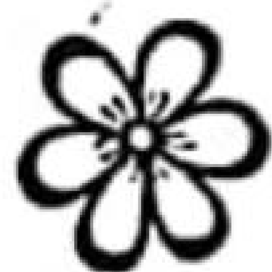
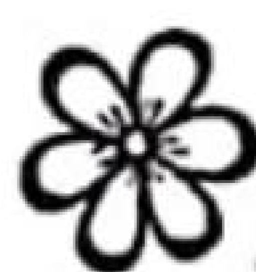
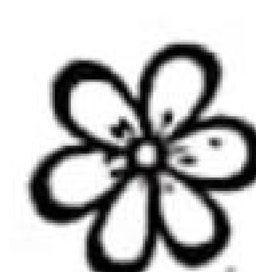
ئەگەر ئامادە نییت ئەم هەڵانە قەبووڵ بکەیت یان ئەوەی کە بیانبینیت، ئەوا ئەم کتێبە بۆ تۆ گونجاو نییە، بەڵام ڕاستییەکەی

ئەوەیە ئەو کێشە و گرفتانەی لەم کتێبەدا باس کراون کەم تا زۆر لە ژیانی هەمووماندا ڕوو دەدەن، تەنانەت خۆشم.

لێرەدا بە پێویستی دەزانم لە تەواوی خوێنەرانی بەڕێز تکا بکەم کە ئەگەر هەڵەیەکتان لەم کتێبەکەدا بینی، منەت بخەنە سەر وەرگێڕ و بە تێبینی، بۆچوونی خۆتان لەسەر چۆنێتیی چاپەکانی دیکە بدەن.

سوپاس بۆ خانەوادەکەم و هاوڕێیانی ئەزیزم؛ بە تایبەتی فرانك یەزدی و مەعسوومە محمەدنیا کە بێ دوودڵی سەرەکیترین هاندەری من بوون لەم ڕێگایەدا و هەروەها تەواوی ئەو کەسانەی کە بە پارێزکاری و هاوکارییەکانیان لەم زەمینەیەدا یارمەتییان دام.

زۆر سوپاس بۆ بڵاوکەرەوەی مەجید کە ئەرکی چاپکردنی کتێبەکەیان لە ئەستۆ گرت.

پێشەکیی نووسەر

هیچ دەستەواژەیەك ناتوانێت وەسفی ئەشقی ئێوەم بۆ بكات، كە لە ڕۆژی یەكەمەوە هاوكاریتان كردم. سوپاسگوزاری هەمووتانم. پێشكەش بێت بە سەرجەم خوێنەرە نوێیەكان، ئومێدەوارم ئەم كتێبە سەرەتایەك بێت بۆ ئەوەی باشترینەكانتان بۆ خۆتان بوێن. لە ناخی دڵمەوە دەستخۆشی لە هەمووتان دەكەم. ئێوە هۆكاری بەردەوامیی منن لە نووسین، هاندەری منن و بیرۆكەم دەدەنێ.

سوپاس بۆ پشتیوانییەكانتان.

دەستپێک



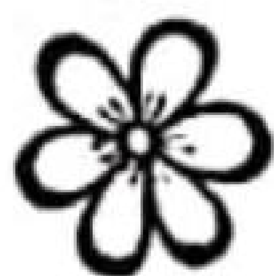
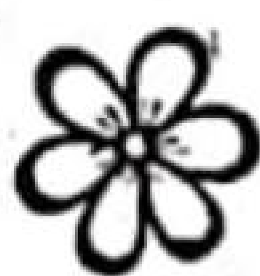
تەواوی ئەو بابەتانەی لەم کتێبەدا نووسراون، لەسەر بنەمای ئەزموونەکانی ڕابردووی خۆم و ئەو دۆخانە بووە کە لە ژیانمدا ڕووبەڕوویان بومەتەوە. ئەم کتێبە هەرگیز نایەوێت سووکایەتی بە پیاوان یان ژنان بکات یان بیەوێت بەهای ئەوان بخاتە ژێر پرسیارەوە، بەپێچەوانەوە ئەم کتێبە نیگەرانیی من وەک ژنێک سەبارەت بەو هەڵانە نیشان دەدات کە زۆربەی ئێمەی ژنان تووشیان دەبین و دەتوانرێت ڕێگرییان لێ بکرێت.

ئامانجی من، ئێوەن تا یەکێک لەو بارودۆخانەی لەم کتێبەدا باسیان کراوە و پێش ڕوودانی بۆ بەرزکردن و چاککردنەوەی بڕوابەخۆبوون، پەیوەندی و ژیانی خۆتان دەرک پێ بکەن. ئایندەتان لە دەستی خۆتاندایە، بەڵام بۆ باشتربوونی ئەوە، دەبێت باشتر بجووڵێنەوە. ئومێدەوارم قسەکانم کاریگەرییان لەسەر ژیانتان هەبێت و بتوانن متمانەبەخۆبوونی لەدەستڕۆیشتوتان دووبارە بگەڕێننەوە، ئیتر فرمێسکێک نەڕێژن، چیتر شەوان ئانارام نەبن، هەناسەیەکی ئاسوودە هەڵکێشن و کێشەکانتان لەبیر بکەن.

بەها خودیەکانی ئێوە (بەها تایبەتییەکانی ئێوە)



شایەنی ئەوەم کە لەبەرانبەرمدا لەسەر بەڵێنەکەت بیت. ڕێگە بە هیچ کەسێك نادەم ببێتە هۆکاری ئەوەی وا هەست بکەم لەوانەی دیکە کەمنرخترم. چیتر ڕێگە نادەم کەسێك ببێتە هۆکاری پڕبوونی چاوەکانم لە فرمێسك. چیتر کاتە بەنرخەکانم بۆ کەسێك کە تەنانەت ئامادە نییە ببینێت چ ژنێك لەبەرانبەریدا وەستاوە، لەخۆڕا بەهەدەر نادەم. ئەمە ئەرکی من نییە کە شێوازی بیرکردنەوەی کەسێکی تر بگۆڕم، هەر بۆیە گەر وا بیر بکەمەوە کە شایەنی باشترینەکانم، بێ گومان باشتر کار دەکەم!

من ڕاهاتبووم لە دەستەی ئەو ژنانە بم کە لە نرخی خۆیان دێننە خوارەوە، چونکە ئەوە من خۆم بووم کە دەمویست پیاوێك منی بوێت و خۆشی بووێم. بڕوام وا بوو باشترین شێواز بۆ ئەمە ئەوەیە کە من خۆم بە کەم بزانم و بەم شێوەیە، پیاوان زیاتر نرخی من دەزانن و گرنگیم پێ دەدەن، بەڵام پیاوان گرنگییان بە من نەدەدا و خیانەتیان دەکرد و پارچەپارچەی دڵمیان دەشکاند و من بەرگەم دەگرت.

ئەوان هێندە درێژەیان بەم کارە دابوو کە چیتر شتێکم بۆ لەدەستدان نەمابووەوە، تا سەرئەنجام ڕۆژێك گەیشت تێیدا چیتر نەمدەویست ئاوەها هەستێکم هەبێت.

بڕوابەخۆبوون و بەهاکانم لەو کاتەدا ڕووشابوون. بیانووم دەهێنایەوە و تەنانەت لە پەیوەندیم لەگەڵ ئەو پیاوانەدا کە دەمزانی نابێت زۆر لێیان نزیك ببمەوە، پاساوم دەهێنایەوە. ڕێگەم بەوان دەدا شکۆم تێك بشکێنن، بە جۆرێك وەك بڵێیت چیتر بۆم گرنگ نەبوو و هەر کاتێك ڕێگای وەها شتێکم بەوان دەدا، تەنیا زیاتر و زیاتر هەستم دەکرد کە من شایستەی لەمە زیاتر نیم.

بە نزیکەی دوو دەیە درێژەی کێشا تا تێبگەم ئەشق چ هەستێکی هەیە. دەمویست لە مانای ئەشقی ڕاستەقینە تێبگەم و وەك

زۆرێك لە ژنانی تر بزانم کە دەبێت چی بکەم و چ کارێك ئەنجام بدەم تا پیاوێك منی لەبەر خاتری خودی خۆم بووێت. لە پەیوەندییەکی هەڵەوە، دەچومە ناو پەیوەندییەکی هەڵەی دیکەی. تەنیا لەبەر ئەوەی تێگەیشتنێکی باشم لەو بارەیەوە نەبوو.

وام دەزانی دەبێت پیاوێك بدۆزمەوە و لەگەڵ ئەودا بگەم بە بەها و نرخی ڕاستی خۆم. ئەگەر کەسێك منی نەوێت، بە دڵنیاییەوە کەسێکی دیکە منی دەوێت، یان دەستەوەستان ڕادەمام کە ئەشق بەم جۆرە نییە.

یەك هەڵەم چەندان و چەندان جار بارە دەکردەوە، چونکە کێشەی سەرەکی ئەو کەسانە نەبوون کە پێیان ئاشنا دەبووم، کێشەی سەرەکی خودی خۆم بووم.

بێ گومان تاکە پەیوەندییەك کە دەبوو دووبارە دروستی بکەمەوە، پەیوەندیم بوو لەگەڵ خۆمدا.

ئەگەر ئەوانی دیکە نرخی منیان نەدەزانی، بێ گومان بەهۆی ئەوەوە بوو کە خۆم زۆر گرنگیم بە خۆم نەدەدا. بە هەڵە تێنەگەن، من زۆر گرنگیم بە خۆم دەدا و بە ناز پەردوەردە بووم، بەڵام لە ناخمدا کچێکی تەنیا گەورە بووبوو، کە تەنیا پێویستییەکانی بەوە پڕ دەبوونەوە کە پیاوێکی شیاو ئەوی خۆش بووێت. لە قوڵایی بوونمەوە پێویستیم

بەوە بوو تا نرخی ڕاستەقینەی خۆم بدۆزمەوە و پشت بە ئەشقی کەسانی تر نەبەستم.

هەڵە بەدوای هەڵەدا! لە کۆتاییدا تێگەیشتم کە من تاکە کەسێك نیم کە ئاوەها هەستێکی هەبێت. هاوڕێ نزیکەکانیشم بە تەواوی هەمان هەڵەی من دووبارە دەکەنەوە و هەوڵی شاردنەوەی دەدەن، بەڵام ئەوەشم دەزانی کە ئەوانیش هەر وەك من، هەموویان هەمان بارودۆخیان هەیە.

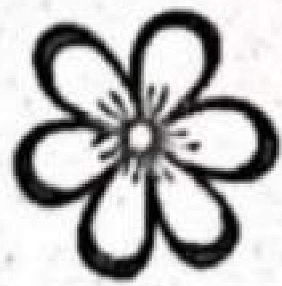
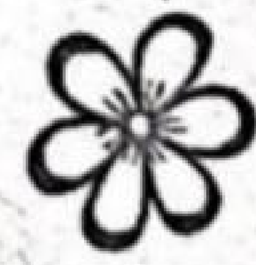
بە ڕاستی زۆر جوان بوو کاتێك دەمبینی ئەوان خەریکن ئامۆژگاریم دەکەن و پێم دەڵێن ئەم کارە بکە و ئەو کارە مەکە، بەڵام خۆیان کاریان بە قسەکانی خۆیان نەدەکرد. بە خۆمم دەوت باشە من دەبێت گوێ بۆ ئامۆژگارییەکانیان ڕادێرم، لە کاتێکدا کە خۆیان کاریان پێ ناکەن؟! بە دڵنیاییەوە هاوڕێ ئازیزەکانم! من بە تەواوی قسەتان دەکەم!!!

ئەوانە هاوڕێیانێکم بوون کە بارودۆخیان بەیەك دەچوو، زەماوەندیان کردبوو، پەیوەندیی دوور و درێژیان هەبوو و بە هەڵسوکەوتەکانیان ڕێگەیان بە هاوسەرەکانیان دەدا تا خیانەت و لێدان و شکاندنەوەکانیان لە بەرانبەریاندا دووبارە بکەنەوە، بە جۆرێکیش خۆیان نیشان دەدا وەك بڵێیت هەموو شتێك زۆر باشە. نا!! من هەرگیز سوودم لە ئامۆژگارییەکانیان وەرنەدەگرت، چونکە هێندەی من بزانم، کێشەکانم بە ئەندازەیەکی تەواو گەورەن و ڕێگاچارەکانی ئەوان دەبنە

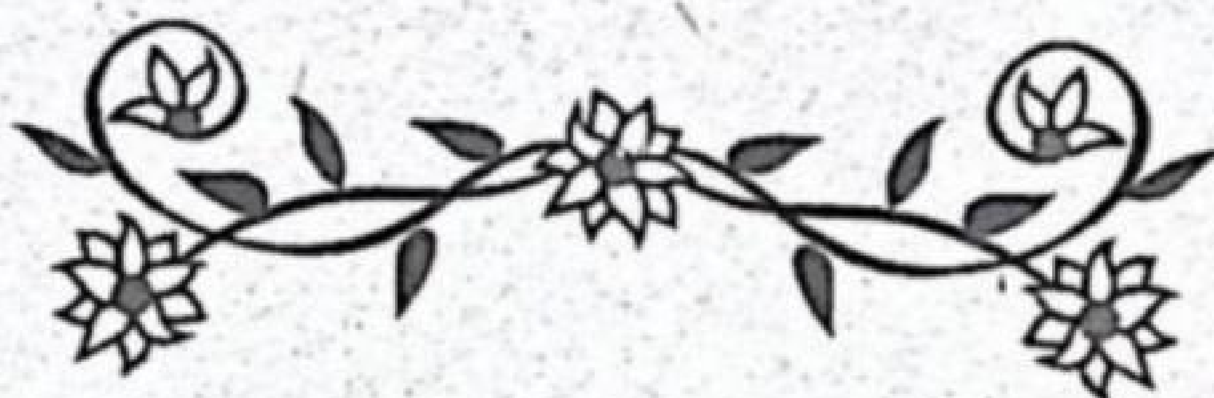
هۆی خراپترکردنی کێشەکانم. ناتوانم ڕێگە بە خۆم بدەم سوود لە ئامۆژگاریی کەسانێك وەربگرم کە خۆیان حاڵیان لە هی من باشتر نییە.

بە درێژایی ئەم ساڵانە، هەموو جۆرە ژنێکم دیوە، تەنانەت ژنی وەك خۆشم کە نرخی خۆیان بۆ ڕازیکردنی پیاوێك کەم دەکەنەوە، جا پیاوێکیش کە لەبەرانبەردا ئەم شتانەی بۆ ئەوان نەدەکردەوە و بە هیچ شێوەیەك هەڵسوکەوتێکی شیاوی نەدەنواند.

جۆرێك لە ژنان هەن کە پێیان باشە خاوەنی پیاوانێکی ناشایستە بن کە وەك گەمژەیەك لەگەڵیاندا هەڵسوکەوت بکەن، لە کاتێکدا کە ئەم پیاوە هیچ شیاوی ئەوەی نییە تا لەگەڵ ئەو ژنەدا دابنیشێت، یان جۆرێکی دیکەی ژنان هەن کە پیاوانێك سەرنجیان ڕادەکێشن کە بە هیچ شێوەیەك لە دەرەوەدا بوونیان نییە.

ئەمە جەستەی ئێوەیە، ڕێزی لێ بگرن.



سووەرگرتن لە بەکارهێنانی جەستەتان، نابێتە هۆی ئەوەی کە پیاوان زیاتر سەرنجی ئێوە بدەن، یان بیانەوێت لەگەڵ ئێوەدا ئایندەیەك دروست بکەن، ڕەنگە ئەوان تەنیا مەبەستیان پەیوەندییەکی نزیك و سەرکەوتوو بێت لەگەڵتان و دواتر وازتان لێ بهێنن. ئەمەش بەڵگەیەکە کە نیشانمان دەدات بۆچی زۆرینەی ژنان بە تەنیا دەمێننەوە، یان وا بیر دەکەنەوە کە لە دونیادا هیچ پیاوێکی شیاوی ئەوی تێدا نییە، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا دیسانەوە تێناگەن خۆیان بوونەتە هۆکاری ئەوەی ئەم بارودۆخەیان بەسەردا بێت، ئەوە خودی خۆیانن کە ڕێگە دەدەن وەك پارچە گۆشتێك مامەڵەیان لەگەڵدا بکرێت. کاتێك خۆتان بێنرخبوون پەسەن دەکەن و ڕێگا دەدەن بە جۆرێك هەڵسوکەوتتان لەگەڵدا بکرێت کە وەك بڵێیت هیچ نرخ و بایەخێکتان نییە، هەر کات و هەر ڕۆژێك بێنرختر دەبن.

نموونەگەلێکی زیاتر و زیاتر هەن لە ژنانێکی جیاواز کە دەمتوانی بۆتانی باس بکەم، بەڵام پێم وایە تا ئێرە ئیتر لە بابەتەکە تێگەیشتبن.

ئایا وا بیردەکەنەوە کە ئێوەش لە دەستەی ئەم جۆرە ژنانەن؟

ئەگەر وایە، ئەوا ئێوە تەنیا نین. ئازیزانم، لە دونیادا هەزاران ژنی وەك ئێوە هەیە. بۆ من زۆر بەئازارە کە ئەمە بڵێم، بەڵام ئێوە بە ئەندازەیەکی تەواو نرخی خۆتان نازانن. ئێوە لە بیرتان کردووە کە خۆخۆشویستن یانی چی.

کێشە نییە، منیش ئەم دۆخەم ئەزموون کردووە، دەزانم دەبێت چی بکەم. ڕێگاگەلێکی جیاواز هەن کە دەتوانن بە سوودوەرگرتن لێیان ئەو خووە بگۆڕن کە بۆچی پیاوان گرنگیتان پێ نادەن.

کاتێك ڕێگا بە کەسێك دەدەن کە بە شێوازێکی نەگونجاو هەڵسوکەوتتان لەگەڵدا بکات، بەم کارەتان بە ئەو دەڵێن هەرچۆنێك دەیەوێت دەتوانێت لەگەڵ دڵی ئێوەدا هەڵسوکەوت بکات و ئێوەش بەو هەڵسوکەوتانە ڕازین و پەسەندیان دەکەن.

ڕێگە بە خۆتان دەدەن بۆ چەند مانگێك و ڕەنگیشە بۆ ساڵانێك لەگەڵ پیاوێکدا بمێننەوە کە بڕیار نییە هیچ کات ڕێزتان لێ بگرێت،

چونکە دەزانێت بە هەر شیوەیەك هەڵسوکەوت بکات، ئێوە لێی ڕازی دەبن—بۆشتان گرنگ نییە چی دەڵێت یان چۆن هەڵسوکەوت دەکات.

کێشەکە بە تەواوی لێرەدایە، چونکە ئێمە ڕێگە بە پیاوان دەدەین تا بەو جۆرەی کە خۆمان دەردەخەین، هەڵسوکەوتمان لەگەڵدا بکەن. ڕێگە بە ئەوان دەدەین بە هەر جۆرێك دەیانەوێت لەگەڵماندا بجووڵێنەوە، لەبری ئەوەی تێبگەین کە کێشە سەرەکییەکە خودی خۆمانین. دەمانەوێت ئەوان ئێمە پەسەند بکەن و لەگەڵماندا خۆشحاڵ بن، هەرچەندە زیاتر ویستتان لەسەر شتی پوچ و بێنرخ بێت، ئەوا زیاتر بەدەستی دێنن و ئەمەش ڕاستییەکی ڕوونە.

ئێمە هەمووومان لە تەنیامانەوە دەترسێین، تەنانەت بیرکردنەوە لە تەنیامانەوە، بەلای هەندێکمانەوە تۆقێنەرە.

ئەگەر ڕێگە بدەین ئەم ترسە بەسەرماندا زاڵ بێت، دەبێتە هۆی ئەوەی لە پەیوەندییەکی ژەهراویدا بمێنینەوە، لەبەر ئەوەی بڕوا ناکەین کە مانەوە بە تەنیایی چ هەستێکی هەیە.

تەنیامانەوە بەو ڕادەیەش خراپ نییە کە بیری لێ دەکەینەوە.

ئەوەی کە بزانن دەتوانن کاتە بەنرخەکانتان تایبەت بکەن بە خۆتان، زۆر باشە. لەبەرانبەردا فێر دەبن هۆگری هیچ کەسێك نەبن و ئاگاتان لە هەست و سەلامەتیی جەستە و دەروونی خۆتان بێت.

کاتێك ئەوە پەسەند دەکەن کەسێکی کامڵ و بێخەوشن بۆ خۆتان، ئیدی فێر دەبن کە خۆتان بەو جۆرە پەسەند بکەن کە هەن، نەك بەو جۆرەی کە ئەوانی دیکە لە ئێوەیان دەوێت. پەندوەرگرتن لە هەڵەکانی ڕابردووتان و خۆشویستنی کەموکورتی و نەبوونییەکانتان، زۆر جوانە.

هیچ کاتێك لەبەر ئەوەی کە وەك خۆتانن، داوای لێبوردن مەکەن. ئێوە شیاوی ئەوەن کە زۆرترین ڕێزتان لێ بگیرێت. با ئیتر بەس بێت ئەو هەموو هەڵسوکەوتە خراپەی کە لەگەڵتاندا کراوە. یان بۆ گەردوونی بسەلمێنن کە شیاوی باشترینەکانن یان هەتا ماون لەگەڵ گەردووندا شەڕ و خراپی وەربگرن.

بە گەردوون بڵێن ئێوە شیاوی کەسێکن کە هۆگری ئێوە بێت، شیاوی ئەوەن لەگەڵ کەسێکدا بن کە ئێوە لە قوڵاییەکانی ئەشقدا نوقم بکات.

ئەگەر بڕواتان هەبێت کە شیاوی هیچ یەک لەمانە نین، لە خولگەیەکی خراپیدا گرفتار دەبن، ئەم خولگەیە، تا کاتێك کە ئێوە نەتانەوێت خۆتان بگۆڕن، بەردەوام لە حاڵەتی دووبارەبوونەوەدا دەبێت.

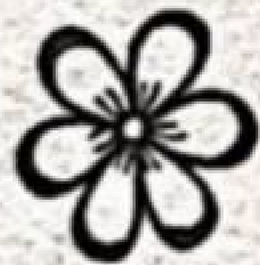
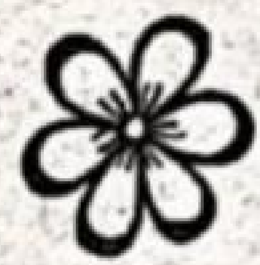
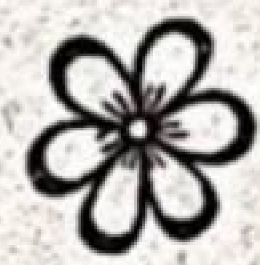
ئەم کارە تەنیا لەبەر خاتری خۆت ئەنجام بدە، نەك لەبەر ئەوەی بتەوێت کەسێك ڕازی بکەیت بمێنێتەوە، چاوەڕوان بیت زیاتر تۆی بووێت و زیاتر ئاشقت بێت.

مەبەستم ئەوەیە، ئایا پێتان وا نییە کە شیاوی زیاترن لەو شتانەی کە بەدەستیان دەهێنن و بەدوایان دەکەون؟

بەو جۆرە بیر بکەنەوە کە ئەگەر ئەو گرنگیی بە ئێوە بدابا و ئێوەی خۆش بوویستایە، دەبووە هۆکاری پێشکەوتن و گەورەبوونتان.

ئەگەر تەنیا وەستاوە سەیری ڕوخان و لەناوچوونتان دەکات، بۆچی بەئومێدن کە لە سەرئەنجامدا ڕزگارتان بکات؟

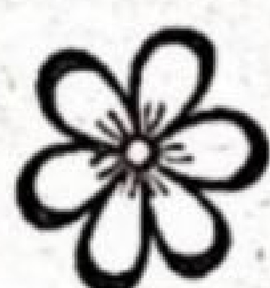
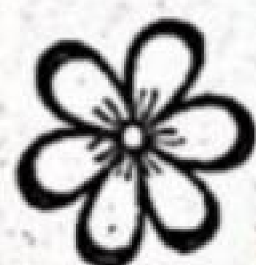
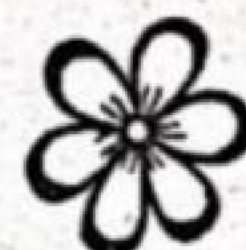
خۆتان بەرپرسن لەوەی کە دەتانەوێت لە ژیانتاندا چ کەسێک بن و لە ژیانی ئەوانەی دیکەدا چ شتێک بن، هەرگیز ئەمە لەبیر مەکەن.

تێگەیشتن لە پیاوان



بۆ تێگەیشتنێکی دروست لە پیاوێك، دەبێت گوێ لە قسەکانی بگریت و کات تەرخان بکەیت، چونکە بەم جۆرە دڵی ئەو بەدەست دەهێنیت.

پیاوان و ژنان لە هەڵسوکەوت و دەربڕیندا چون یەك نین، ژنان زیاتر ئاڵۆزن، بە مانایەکی تر، کاتێك پیاوێك ئێمەی خۆش دەوێت، ئەوکات دەیەوێت خزمەتمان بکات و پارێزگاریمان لێ بکات. ئەگەر توانای ئەوەتان هەبێت کە پیاوان هۆگر بکەن، بتوانن گوێیان لێ بگرن، لێیان تێبگەن و قەدریان بزانن، لە بەدەستهێنانی دڵیاندا سەر دەکەون.

کێشەیەك کە ئێمە هەندێك جار وەك ژنان ڕووبەڕووی دەبینەوە، ئەوەیە کە بە شێوەیەکی باش و تەواو گوێ ناگرین لەوەی کە پیاوێك هەوڵ دەدات چیمان پێ بڵێت.

ڕێگە نادەین تا تێبگەین بڕیارە چ شتێك لە دەمیان بێتە دەرەوە، بە تەنیا ئەو قسانە دەبیستین کە خۆمان دەمانەوێ و ئەمەش بە تەنیا خۆی دەبێتە هۆکاری دروستبوونی ئاڵۆزی و لێکتێنەگەیشتنی زیاتر.

دەبێت بزانن پیاوان ئەو شتەی دەیانەوێت نایشارنەوە و ئەگەر ئێوەیان بوێت، ئەمەتان پێ نیشان دەدەن و ئەگەر ئێوەیان نەوێت، ئەوا ئێوە خۆتان بە شێوازی هەڵسوکەوتیاندا دەزانن و تێدەگەن.

کارێکی زۆر قورس نییە، بەڵام ئێمە هەندێك جار دۆخەکە بە بیرکردنەوەی لەڕادەبەدەر لە بابەتە بچووکەکان زۆر ئاڵۆزیان دەکەین، لە

کاتێکدا کە ڕاستی زۆر بە ڕوونی و بە تەواوەتی لە پێش چاوەکانماندایە.

یاسای ژمارە یەک ئەمەیە کە هیچ کاتێک هەوڵ مەدەن ئەو بخەنە تەنگانە و کۆسپەوە، چونکە بەم کارە تەنیا واژۆ لەسەر شکانی دڵی خۆتان دەکەن. متمانەم پێ بکەن. من خۆم چەندین جار لەگەڵ ئەم کێشەیەدا ڕووبەڕوو بوومەتەوە، فێر بووم کە ناچارکردنی کەسێک کە ئێوەی خۆش بوێت، کارێکی زۆر قورسە.

پیاوێك کە بیەوێت لەگەڵ ئێوەدا هاوسەرگیری بکات، هەر لە چەند مانگی سەرەتاوە بێ دواکەوتن ئەوەتان پێ نیشان دەدات.

هەرچەندە زیاتر هەوڵ بدەن ئەو بخەنە ناو پەیوەندییەکەوە کە ئامادەیی بۆی نییە، ئەگەری زیاتری هەیە کە ئەو بە پێچەوانەوە هەڵسوکەوت بکات. ئەگەر ئامادەیی چونەناو پەیوەندییەکی تێدا نەبێت، هەر قسەیەک بکەن و هەر کارێك ئەنجام بدەن، بڕیارەکەی ئەو ناگۆڕێت. ئایا بە تەواوی لەو بابەتانە تێدەگەن کە دەیانخوێننەوە؟

خانمینە ئەم وتەیە لە مێشکی خۆتان دەر بکەن. ئەگەر بەو جۆرەی کە چاوەڕوانیتان هەیە بایەخێکی وەهاتان پێ نادات، ئەوە بزانن ئاشقی ئێوە نییە. ڕەنگە لای خۆتان وا بیر بکەنەوە من چەندێك سوور

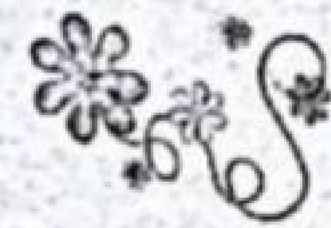
و دڵڕەقانە ئەم کتێبەم نووسیوە، بەڵام هەموو بابەتەکە ئەوەیە کە من نەمویستووە ڕاستییەکان بشارمەوە.

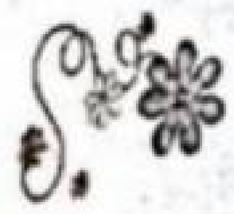
ئێمە هەمیشە بە هیوای ئەوە بووین کە پیاوەکان لێمان تێبگەن، بەڵام هەرگیز هەوڵمان نەداوە تا بزانین ئەوان چیان لە ئێمە دەوێت. بۆ ئەوەی کە ڕێزمان لێ بگرن، هاوارمان بەسەردا کردن، بەڵام هیچ کاتێك ئێمە ڕێزی ئەوانمان نەگرت.

زۆرێك لە پیاوان بە ڕووی خۆیاندا ناهێنن و نایڵێن کە وەك ژنان ویستیان هەیە، بۆ نموونە کاتێك بەرپرسیارێتیی گشت کارەکان و کۆنترۆڵکردنی هەموو بابەتەکان دەگریتە ئەستۆی خۆت، دەبێتە هۆکاری ئەوەی ئەو هەست بە بێنرخی و کەمیی خۆی بکات.

ڕێگە بدەن پیاوەکانتان جارجارە بابەتەکان کۆنترۆڵ بکەن، ئەو ئیتر پێویستیی بە دایك نییە، تەنیا ژنێکی دەوێت.

پیاو پێی خۆشە هەر بەو جۆرەی کە گرنگی بە ئێوە دەدات، ئێوەش بە هەمان شێوە گرنگیی پێ بدەن. مەبەستم ئەوە نییە کە پێڵاوی ئەڵمانیی سێسەد دۆلاریی بۆ بکڕن، تەنیا لەبەر ئەوەی کاتێك لە پێی کرد، هەست بکات کە جوان دەردەکەوێت. دەمەوێت بڵێم کێشە نابێت گەر گرنگی بە هاوسەرەکانتان بدەن. ئێمە لە ساڵی ٢٠١٦دا

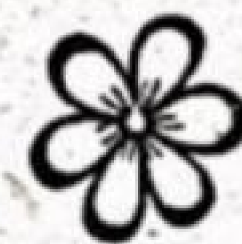
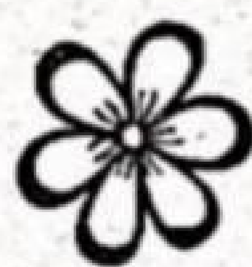
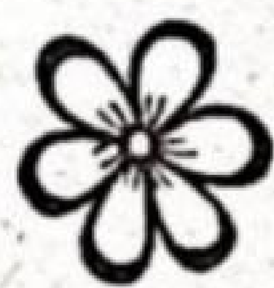




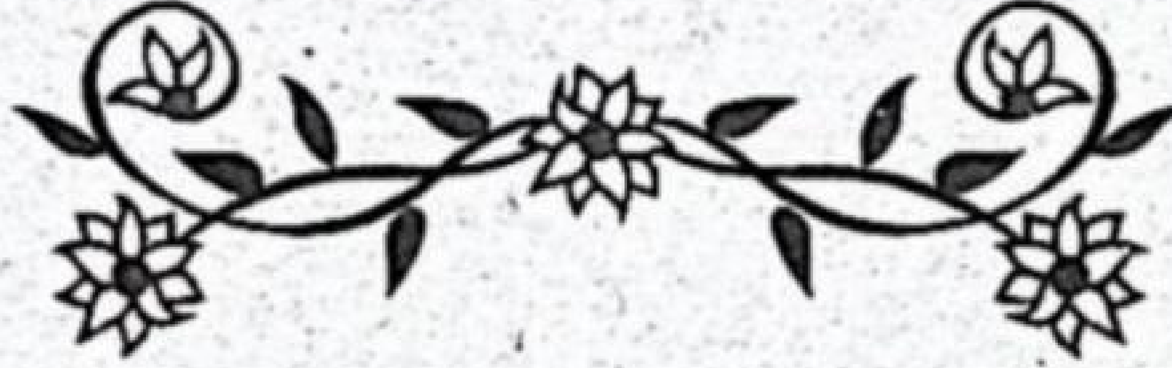
دەژین و هیچ کێشە نابێت گەر گرنگییان پێ بدەین، ئەوانیش بە هەمان شێوە لەبەرانبەردا ئەم کارە بکەن.

لەبەرانبەر سەرکەوتنەکانی پیاوێکدا، وەسف و دەستخۆشی بکەن و بە هاندانی وای لێ بکەن ببنە هۆکاری ئەوەی کە ئەو بە پێی ئەوپەڕی توانای خۆی، ببێتە باشترین پیاو. پێی نیشان بدەن کە ئەو بەتوانایە و بە مانایەکی تر بیرتان لای شکۆی ئەو بێت ئەو بێت و لەیادی نەکەن.

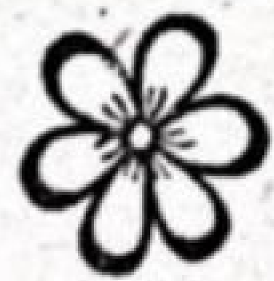
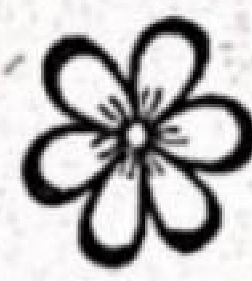
بە وردی گوێ لەو شتە بگرن کە دەیڵێت. ئاگادار بن. ئاگاداربن بەر لەوەی قسەکە لە دەمی بێتە دەرەوە، پێی مەبڕن. لە کۆتاییدا تێدەگەن کە پیاوەکان چۆنن و کارێکی سەخت نییە ئەگەر بە ڕاستی کات تەرخان بکەن و گوێ لە قسەکانی بگرن. بڕیاری لە خۆڕای بەسەردا مەدەن. تەنیا گوێ بگرن.

گۆڕینی پیاوان



ئەگەر پیاوەکەتان بە دڵی ئێوە نییە، بۆچی دەتانەوێت بیگۆڕن؟
یان هەر بەو جۆرەی کە هەیە قەبووڵی بکەن، یان لێگەڕێن با بڕوات.


دەتانەوێت پیاوێك ناچار بکەن تا ئێوەی خۆش بوێت؟ هەوڵ دەدەن بیگۆڕن؟ چ بتانەوێت یان نەتانەوێت، ئەو هەر وەك خۆیەتی.

هەوڵ مەدەن ئەو بکەن بە کەسێک کە نایەوێت. نامەوێت بڵێم خەریکن هەر وەك گەمژەیەك ژیانتان بۆ گۆڕینی هەڵسوکەوتی پیاوێك بەهەدەر دەدەن، بەڵکوو دەمەوێت بڵێم هەوڵدان بۆ گۆڕینی پیاوێك کە خۆی نایەوێت بگۆڕدرێت، ڕەنگە لە ماوەیەکی درێژدا ببێتە هۆی ماندووبوونی خۆتان.

دەزانم کە دەتانەوێت پیاوێکی باشتر بێت یان ئەوەی کە واز لە هەڵسوکەوت و خووێکی منداڵانە بهێنێت، بەڵام هەندێك لە پیاوەکان پێیان خۆش نییە بگۆڕدرێن. برێکیشیان هەرگیز بیر لە گۆڕانکاری ناکەنەوە. زۆرێک لە پیاوان وەك ئەوەی کە هەن خۆیان خۆ شدەوێت و هیچ کێشەیەکیان لەگەڵ ئەو کەسایەتییەی خۆیاندا نییە.

لە بیرمە دەستگیرانێکم هەبوو هەوڵم دەدا گۆڕانکاری تێدا بکەم، دەمویست ئەو بەم جۆرە هەڵسوکەوت بکات یان بەو جۆرە هەڵسوکەوت نەکات.

دەمویست پۆشاکی کلاسیکی بپۆشێت، چونکە گیرفانە شل و گەورەکانی پانتۆڵەکەیم هیچ پێ جوان نەبوو.

ئەو وازی لە ڕیشی دەهێنا تا درێژ بێت و منیش ئەو جۆرە ڕیشەم لا پەسەند نەبوو. شێواز و بەخۆڕاگەیشتن و ستایل و پۆشاکی هیچ بە دڵی من نەبوو. بە هیچ شێوەیەک بەلایەوە گرنگ نەبوو چەندە هەوڵم دەدا گۆڕانکاریی تێدا بکەم، چونکە ئەو هیچ گوێی بۆ قسەکانم نەدەگرت.

هەندێک جار لەبەر شێواز و ستایلی دەرەوەی، تا ئاستی قسەپێوتن دەڕۆیشتم، چونکە وام بیر دەکردەوە سەرئەنجام ڕۆژێك دێت کە لەم هەڵسوکەوتەی من بێزار و ماندوو دەبێت و لە کۆتاییدا بەو جۆرەی من پێم خۆشە، پۆشاك دەپۆشێت.

وام دەزانی گەر گاڵتە بە شێوازی پۆشینی ئەو بکەم، لە کۆتاییدا پانتۆڵێکی گونجاوتر لە پێ دەکات. ڕەنگە گەر کەمێك زیاتر بۆڵەبۆڵم بکردایە، ئەو باشتر گوێی بگرتایە. ڕەنگە گەر کەمێك زیاتر قسەم بکردایە، ئەو پێڵاوە وەرزشیانەی بۆ هەموو شوێنێك لە پێ نەکردنایە.

هەڵەکەم دروست لێرەدا بوو: پیاوێك وەك ئەوەی پرۆژەی من بێت و کاری لەسەر بکەم، هەوڵم دەدا بیگۆڕم. لەبری ئەوەی ئەوم وەك پیاوی ژیانم بە ئاسانی قەبووڵ بێت، هەوڵم دەدا ئەو ناچار بە شتانێك بکەم کە حەزی بە کردنیان نەبوو و بەم کارەشم تەنیا جار لەدوای جار ئازاری ئەوم دەدا.

هەستی بەرپرسیارێتی لە وجوودی هەر ژنێکدا هەیە و ئێمە هەندێک جار وا بیر دەکەینەوە بە ڕەوشت و شێوازی خۆمان خەریکین کارێکی باش ئەنجام دەدەین، بەڵام ڕاستی ئەوەیە کاتێک نرخی پیاوێک کەم دەکەینەوە، تەنیا لەبەر ئەوەی بە دڵی ئێمە هەڵسوکەوتی نەکردووە، شکۆی ئەو دەخەینە ژێر پرسیارەوە. لەگەڵ پیاواندا نابێت بەم جۆرە هەڵسوکەوت بکەین، بەتایبەت کاتێک کە ئێمە خۆمان قەبووڵی ناکەین کەس لەگەڵ ئێمەدا بەم جۆرە هەڵسوکەوت بکات.

بە لەبەرچاوگرتنی ئەو ئەزموونەی کە هەمبوو، کاتێک ئێوە لە کۆتاییدا پیاوێک ناچار دەکەن کە کەسایەتی و شێوازی بگۆڕێت بۆ هی کەسێک کە خۆی نییە، ڕۆژێک ئەویش هەمان کار لەگەڵ ئێوەدا دەکاتەوە، هەر وەک دەزگیرانەکەی پێشووم کە ئەم کارەی لەگەڵ مندا کرد.

وەک بڵێیت هەر دوێنێ بوو کە پێمی وت: «لە منت دەوێت کە ئەو کارە ئەنجام بدەم و بۆ ئەو جێیە بڕۆم، لە کاتێکدا کە ئەمە ویستی منی لەسەر نییە، ئەمە ئەو کارە نییە کە من دەمەوێت ئەنجامی بدەم. من هەموو هەوڵێکم دەدەم تا تۆ خۆشحاڵ بکەم، بەڵام وا دەردەکەوێت زیاتر بێزار و بێتاقەتت دەکەم.»

لای خۆم وام بیر دەکردەوە کە خەریکم کارێکی ڕاست ئەنجام دەدەم، پێم وا بوو یارمەتیی ئەو دەدەم بۆ گەورەبوون و بەرەوپێشچوون،

بەڵام لە ڕاستیدا، تەنیا کارێك کە خەریك بووم دەمکرد، خراپکردنی پەیوەندییەکەم بوو و سەرئەنجام پەیوەندییەکەمان تێک چوو و کۆتایی پێ هات. ئەمە ئەوە دەسەلمێنێت کە تەنانەت گەر هەوڵیش بدەن بچووکترین خووەکانی پیاوێك بگۆڕن، ئەم کارە تەنیا دۆخەکە خراپتر دەکات.

ئەو تەنیا دەیەوێت ئێوە لێی تێبگەن و وەك ئەو کەسەی کە هەیە، شانازیی پێوە بکەن و وەك خودی خۆی قەبووڵی بکەن.

بە تۆمەتبارکردنی، تەنیا لە نرخی خۆتان دێننە خوارەوە لە بەرچاوی ئەودا، تەنانەت ڕەنگیشە ئارەزووی لە بوونی ئێوە لهناو ژیانیدا لەدەست بدات. پێویست ناکات ڕەخنەی لێ بگرن یان بۆ ئەوە شتێکی تێبگەیەنن کارێك بکەن کە ئەو هەست بە گەمژەیی بکات.

ڕێز لێ نەگرتن تەنیا دەبێتە هۆی خراپتربوونی دۆخەکە. ئەگەر هەڵسوکەوتێك لە ئەودا هەیە و دەتانەوێت بیگۆڕێت، ئەوا هەوڵ بدەن بەئەدەبانەتر و بە ڕێزەوە ڕوونی بکەنەوە، بەم شێوەیە ئەو هەست بە بوونی خۆی دەکات و گۆڕانکاریی تێدا دروست دەبێت و ئێوەش بەو شتە دەگەن کە دەتانەوێت.

پێتان چۆنە گەر بەم جۆرە وەسفی بکەین و بڵێین ئەم پێڵاوانە چەندە لەگەڵ ئەم جلانەتدا گونجاوە؟ یان تەنانەت وەسفی مۆدێلی

قژەکەی ئەمڕۆی بکەین؟ بچووکترین جووڵەی ئێوە لە کاتی قسەکردنیدا دەتوانێت گۆڕانکارییەکی بەرچاو لە هەڵسوکەوتی ئەودا بکات، ئەو پێویستیی بەوە نییە درۆی لەگەڵدا بکەیت، ئەگەر جوان و باش دەرناکەوێت، ئەسڵەن قسە مەکەن، مەگەر ئەوەی کە خۆی بۆچوونی ئێوەی لەبارەی ستایلی ئەمڕۆیەوە بپرسێت.

ئەوەی کە چۆن بابەتێك ڕوون بکەنەوە، گلەیی لە ئەوان مەکەن، زۆر گرنگە و جیاوازیی زۆری هەیە کە ئایا ئێوە بۆ دەربڕینی هەستەکانتان و بابەتێك سوود لە شێوازی گفتوگۆی نەرم و لەسەرخۆ وەردەگرن یان توند و بێزارکەر؟

ئەگەر کەمێك میهرەبانتر بن، دەبێتە هۆی ئەوەی کە کاتێك گوێ لە قسەکانتان دەگرێت، هەست بە ئارامیی زیاتر بکات.

لەبیرتان بێت کە ئێوە بە جۆرێك شتێك دەخەنە مێشکی ئەو، دەتوانێت، وا لە پیاوەکە بکات و بە جۆرێك هانی بدات کە ئەو گۆڕانکارییە لە بوونی خۆیدا بکات. تاقیی بکەنەوە، دەبینن کە ئەو پیاوێکی شایستەی لێ دروست دەبێت.

مەبەستم ئەوەیە کە لە هەموو پەیوەندییەکدا نابێت هاوبەشی ژیانتان بگۆڕن. ئامانج لە پەیوەندی دەبێت بەرەوپێشچوون بێت پێکەوە و دروستکردنی پەیوەندییەکی بەهێز. وەك نموونەیەك، کاتێك هەوڵ

دەدەن ئەو بگۆڕن (گۆڕانکاری لە ئەودا بکەن) لەبەر ئەوەی پێتان وایە خەریکن کارێکی دروست ئەنجام دەدەن، تەنیا ڕەنگە بەم کارەتان ئەو بۆ هەمیشە لە خۆتان دوور بخەنەوە.

ڕەنگە ئەم کارەتان ببێتە هۆکاری دڵەڕاوکێی زیاتر بۆ ئەو.

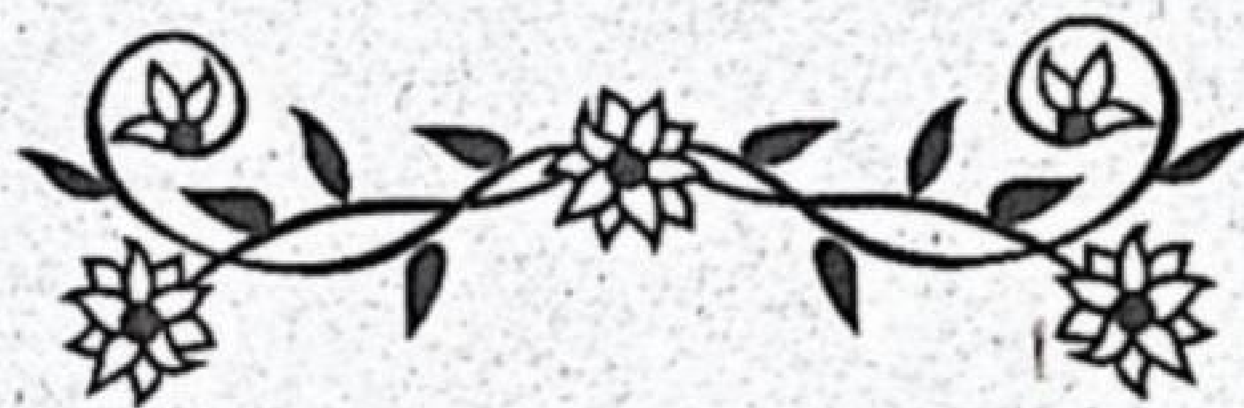
خاڵی دۆڕان هەر لێرەوەدایە کە ڕەنگە بڕیار بدات بۆ هەمیشە واز لە ئێوە بهێنێت.

ئەگەر ئەو نایەوێت گۆڕانکاری لە ئێوەدا بکات، کەوایە بۆچی ناچاری دەکەن لەبەر ئێوە خۆی بگۆڕێت؟ پیاوێك کە بیەوێت باشتر و زیاتر کارێك بکات و نیازی ئەوەی هەبێت پەیوەندییەکەی بەتینرت بێت، تەواوی کارە پێویستەکان لە کاتێکی گونجاودا ئەنجام دەدات.

هیچ کاتێك ناتوانن ناچار بە کارێکی بکەن کە خۆی نایەوێت بیکات.

کاتێك بەردەوام دەبن لەسەر شکاندنەوەی ئەو پیاوە و کەموکوڕییەکانی، کێشەکەی خۆتان قورستر و ئاڵۆزتر دەکەن، ڕەنگە سەیر بێت بەلاتانەوە، بەڵام گۆڕینی پیاوەکانتان بڕوایەکی ڕۆحی لەواندا دروست دەکات و لە کۆتاییدا تێدەگەن کێشەکە لە ئەودا نییە، کێشەکە لە خودی خۆتاندایە، کەوایە ئاگادار بن.

ڕێزگرتن لە حەرەمی تایبەتیی کەسی بەرانبەر



کاتێك فێر بوون کە هەندێك لە کاتەکانتان بە جیا لە یەکتری بەسەر بەرن، ئیدی پەیوەندییەکەتان گەشە دەکات. بەرەوپێشچوون بەرهەمی ئەوەیە کە فێر بوون جاروبار بە تەنیا بن.

ڕێزگرتن لە حەرەمی تایبەتیی پیاوان، گرنگییەکی بەرچاوی هەیە، چونکە ئەوان هەندێك جار دەیانەوێت بە تەنیا بن و ئەوەش مانای وا نییە کە پێیان خۆش نییە کاتەکەیان لەگەڵ ئێوەدا بەسەر بەرن، تەنیا دەیانەوێت کەمێك لەگەڵ خۆیاندا خەڵوەت بکەن.

لە تەواوی ئەو پەیوەندیانەی کە هەمبوون، تێگەیشتم کە خواستی کۆنترۆڵکردنی هەموو شتێکم هەیە. دەمویست سەر لە هەموو شتێك دەربکەم و ئاگاداری گشت بابەت و ڕووداوەکان بم. ئەگەر لەم کارەمدا سەرنەکەوتبام و ئەوەی کە دەمەویست نەمزانیبا، وام هەست دەکرد کێشەیەك لە پەیوەندییەکەماندا هەیە. لە ڕاستیشدا هەر وا بوو،

کێشەیەك هەبوو، بەڵام کێشەکە لە خودی من و تێگەیشتنی مندا بوو بۆ زۆرێك لە شتەکان.

وام بیر دەکردەوە بەم کارەم دەیپارێزم، بەڵام لە ڕاستیدا ئەو کارەم نەدەکرد و تەنیا خەریك بووم کۆنترۆڵم دەکرد. هەر جێیەك ئەوی لێ بوایە، منیش دەمویست لە هەمان ئەو جێیەدا بم.

سەرنج دەدەن؟ هەر کاتێك کە لەدەست من بێزار دەبوو، تەنیا پێویستیی بە کات بوو تا لەگەڵ خۆیدا بە تەنیا بێت، تەلەفۆنم بۆ دەکرد یان پەیامم بۆی دەنارد. پێم وا بوو بەم کارەم دەتوانم هەرچۆنێك بێت ناچاری بکەم کە قسە بکات، بەڵام ئەنجامەکەی پێچەوانە بوو، یەک قسەشی نەدەکرد.

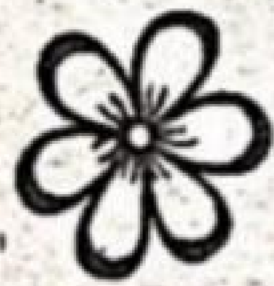
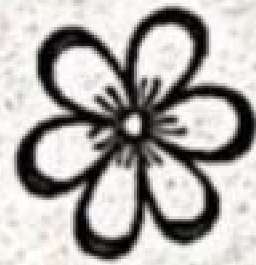
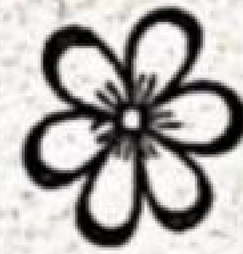
حەزم دەکرد بزانم چی لە مێشکیدا دەگوزەرێت، پێم وا بوو دەتوانم یارمەتیی بدەم و کارێك بکەم کە ئەو باشتر بێت و ئەم کارەشم تەنیا دەبووە هۆکاری دوورخستنەوەی ئەو لە من.

ساڵانێکی ویست تا لەوە تێبگەم کاتێك پێویستیی بەوەیە بە تەنیا بێت و لەگەڵ خۆیدا خەڵوەت بکات، پێویستە بە تەنیا جێی بهێڵم.

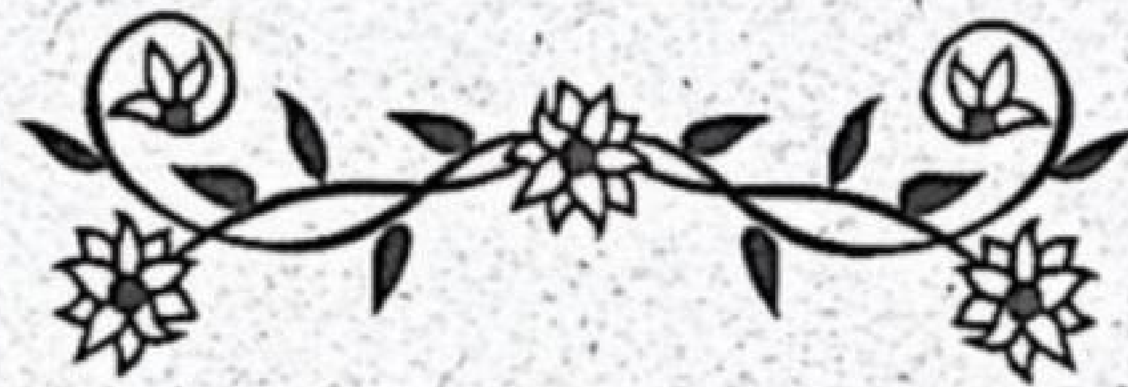
پێویستی نەدەکرد سەر لە هەر کارێک دەربێنم کە ئەو دەیکرد یان ئەوەی کە بزانم لەگەڵ کێدایە. ئەگەر ئەو پێویستیی بەوە بوو کە بە تەنیا بێت یان بیر لە شتێك بکاتەوە، دەبوو ئەو هەلەی پێ بدەم. بۆ

ئەوەی بزانم چیی دەوێت، دەبوو گوێم لە قسەکانی بگرتبا و هەموو شتێکم هەڵبسەنگاندبا تا بزانم چیی لە من دەوێت.

پێویستی نەدەکرد بۆ هەر هەنگاوێك کە دەینێت، سیخووڕی بکەم، لەبەرانبەردا دەبووایە گوێم لەو شتە بگرتایە کە دەیوت، نەك ئەوەی قسەکانی پێ ببڕم. خانمەکان ئەم وشانە بە وردی بخوێننەوە و ڕێگا بدەن کارتان تێبکەن.

پێویست ناکات سەرجەم کارەکانتان پێکەوە بکەن!



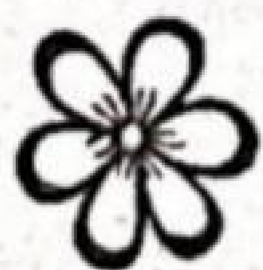
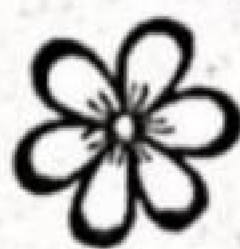
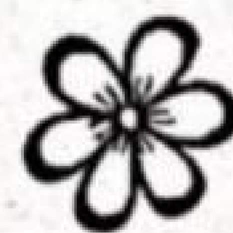
ئەگەر ئەو دەیەوێت کات لەگەڵ هاوڕێکانیدا بەسەر بەرێت و تۆ لەو کۆبونەوەیەدا نییت، بە مانای ئەوە نییە تۆی خۆش ناوێت. تەنیا ئەوەیە کە ئەو دەیەوێت چەند کاتژمێرێك بە تەنیا بێت و تەنیا ماوەیەک لای ئێوە نەبێت و کاتەکانی لەگەڵ هاوڕێکانیدا بەسەر بەرێت.

دوورخستنەوەی هاوبەشی ژیانتان لە هەندێك لە کارەکانی ڕۆژانەتاندا و ئەنجامدانی بە جیا، ڕێگایەکە کە دەتوانێت متمانە و توانای ئێوە بە ئەو نیشان دەدات، لەگەڵ ئەوەشدا پێی نیشان دەدەن کە ئێوە بە ئەندازەیەکی تەواو کەسێکی بەتوانا و سەربەخۆن و دەتوانن بەبێ ئەو بژین و لە پاش ئەمەوە دەتوانن بڵێن تەنانەت ئەگەر زۆرترین کاتەکان لە ژیانتاندا بوونی نەبێت، خۆتان بە تەنیایش دەتوانن ژیانێکی باشتان هەبێت.

بە واتایەکی تر، خانمینە کەڵك لە ژیان وەربگرن، شاد بن، چێژی لێ وەربگرن، لەگەڵ هاورێکانتاندا خۆشحاڵ بن، کەسانێکی باش بن و کارەکانتان سەربەخۆ ئەنجام بدەن.

ڕێزگرتنی حەرەمی تایبەتی کەسی بەرانبەر، لە هەر پەیوەندییەکدا گرنگیی خۆی هەیە و ڕۆژێك کە بۆ یەکەم جار هەوڵ دەدەن سەربەخۆ بن، وا هەست دەکەن کە کێشەیەك بوونی هەیە (لە کاتێکدا کە کێشە نییە) و تەنانەت باوەڕبوون بەوەی کە هەندێك لە کارەکان نابێت بە شێوەی تەنیایی و سەربەخۆ ئەنجام بدرێت، شێتتان دەکات.

یەکێك لەو کارانەی کە پێویست دەکات بۆ گەورەبوون و پێشکەوتنتان پێکەوە ئاگاداری بن، ئەوەیە کە فێر ببن خۆتان کارەکانتان ئەنجام بدەن و لەگەڵ کەسانێکی دیکەدا هاوبەشی بکەن و بڕێك کات بەبێ یەکدی هەڵیان بسووڕێنن، تەنانەت گەر بشکرێت بۆ چەند ڕۆژێك بێت لەیەك دوور بن، ئەمە پەیوەندییەکی دروست و سەرکەوتوو دەهێنێتە ئارا.

نرخی (قەدری) ئەو کارانە بزانن کە دەیانکەن



کەسێك نیم کە کەس بتوانێت بە ئاسانی ئاشقم بێت. ڕەنگە لە یەك کاتدا، کەسێکی زۆر ئاڵۆز دەر بکەوم، چونکە دەتوانم کەسێکی خراپ و بەئازار بم. بە ڕادەیەکیش گاڵتەچیم کە لەلاتان دەبێتە پرسیار ئاخۆ ئێستا بە ڕاستیمە یان ئەم پێکەنینەم تانە و توانجلێدانە!

منیش وەك ئەوانی دیکە تاوانبار بووم، بەڵام دەتوانم دڵنیاتان بکەمەوە کە من بەرامبەر بە ئێوە ڕاستگۆ و دڵسۆزم.

کاتێك کەسێك نییە پارێزگاری لە ئێوە بکات، من دەتانپارێزم، کاتێك هەست بە تەنیایی دەکەن، خۆشم دەوێن و دەبمە هاوڕێتان.

لە قورسترین ساتەکاندا لەلاتان دەبم و بە تەنیا جێتان ناهێڵم، هەر بۆیە ئازار نابینن و دەتوانن پشت بە من ببەستن کە تا هەمیشە وەك هاوڕێتان بمێنمەوە. ڕێگا نادەم بێئومێد بن.

هەندێك جار پاش کۆتاییهاتنی پەیوەندییەك، بۆ ئەوەی هەستی پەشیمانیمان دەربڕین، بە خۆمان دەڵێین ئەگەر ئەم کارەم بکردایە یان ئەو قسەم بە شێوەیەکی تر بگوتایە و ئەو مەبەستەم بە دەربڕینێکی جوانتر دەربڕیبایە، ئەوا ئێستا بەم جۆرە نەدەبوو.

یەکێك لەو کارانەی کە بە گشتی دەیکەن، ئەمەیە کە لەجێی بینینی تەواوی ئەو کارانەی کە بۆمان کراون، لەوانە چاوپۆشی بەکەین و تەنیا ئەو کارانە ببینین کە بۆمان نەکراون.

هیچ کاتێك نرخی تەواوی ئەو کارانەم نەدەزانی کە دەزگیرانی پێشووم بۆمی دەکردن. لەبەرانبەردا سەرنجم لە بچووکترین ئەو کارانەی دەدا کە نەیدەکردن، بە خۆمم دەوت من شایەنی لەمە زیاترم.

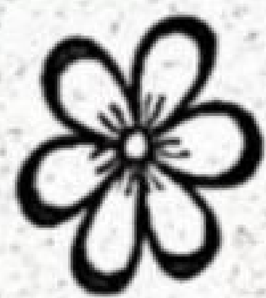
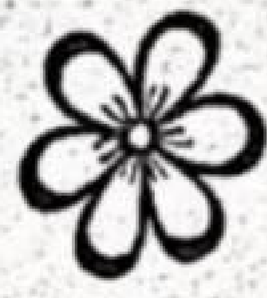
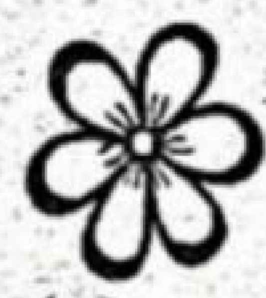
وام هەست دەکر ئەگەر دەسگیرانم بەو جۆرەی کە من پێم خۆشە کارێك نەکا، کەواتە کارێکی وەها گرنگی بۆ من نەکردووە.

ئەوەم قەبووڵە کە شێوازی بیرکرنەوەم زۆر منداڵانە و پێنەزانانە بوو، لەبری ئەوەی سوپاسی بکەم لەبەرئەوەی کاتی بۆ من دادەنا تا لەگەڵمدا بێت، من هەمیشە دەموت ناتوانم، چونکە جلەکانمم نەشتوون، قاپەکان پیسن و ڕەدم دەکردەوە، لەگەڵ ئەوەشدا گلەییم دەکرد بۆچی کات بۆ من دانانێت و گرنگیم پێ نادات (ئەوەشم لەبیر بێت ئەو لە هەفتەیەکدا ٥٢ کاتژمێر کاری دەکرد). من زۆر خۆبەزلزان بووم؟

- بەڵێ، من خۆبەزلزان بووم.

هەمیشە ڕێگەیەکم دەدۆزییەوە تا لەبەر کارێك کە دەیکات و هەر شتێك کە دەیڵێت، ڕەخنەی لێ بگرم و جێی داخ بوو کە ئەوم دەخستە دۆخێکەوە کە بێتاقەت ببێت. بە ڕاستی ئەو شایەنی ئەوە نەبوو وای لێ بکرێت و وەها هەستێکی هەبێت.

سەختترین بەشی ئەوە بوو قەبووڵی بکەم کە ئەو چەندە هەوڵ دەدات من ڕازی بکات، لە کاتێکدا کە من خۆمم بەوەوە گیرۆدە کردبوو کە ئەو بۆمی نەدەکرد و بیرم لای ئەوە بوو بۆڵەبۆڵ بکەم.

بۆڵەبۆڵکردن دۆخەکە باشتر ناکات



وەک چۆن پێتان خۆشە لایەنی بەرانبەرتان ڕێزتان لێ بگرێت، ڕێزی لێ بگرن. ئەگەر ئەو کارەتان پێ خۆش نییە کە هاوسەرەکەتان دەیکات، ئەوا ئاگاداری بکەنەوە. ئەو زانستی غەیبی پێ نییە و هەمیشە ناتوانێت تێبگات کە ئێوە چ کێشەیەکتان هەیە.

کە منداڵ بووین، پێیان دەوتین ئێمە شازادە خاتووین و لە داهاتوودا لەگەڵ شازادەیەکدا زەماوەند دەکەین. ئەو پیاوە کامڵ و بێخەوشە تەنیا لە فلیم و چیرۆکەکاندا بوونی هەیە، لە درۆیەك زیاتر هیچی دیکە نییە، چونکە هیچ پیاوێکی کامڵ و بێخەوش بوونی نییە.

هیچ پیاوێك ناتوانێت تەواوی ئەو شتانەی کە ئێوە دەتانەوێت و پێویستتان پێیەتی، بە ئێوە بدات. هەڵە بیر مەکەنەوە، نامەوێت بڵێم هیچ پیاوێکی باش و شایستە لە دونیادا بوونی نییە، بەڵکوو دەمەوێت بڵێم هیچ شتێك بە شێوەی کامڵ و بە گشتی باش و بێخەوش نییە.

هەندێك جار ئەو پیاوەی کە پەیوەندیمان لەگەڵیدا هەیە، چاوەڕوانیی ئەوەی لێ دەکەین کە بە ڕێکوپێکی ئەرکەکانی ڕاپەڕێنێت، جا کاتێکیش کە بەو جۆرە نەبوو، کێشەیەك دروست دەبێت و لەبری ئەوەی کە لەبارەیەوە لەگەڵ ئەودا گفتوگۆ بکەین، دەست بە هاوارکردن و بۆڵەبۆڵ دەکەین.

پەیوەندی لەسەر بنەمای گفتوگۆ و ڕاستگۆیی دروست دەبێت. بۆچی لامان دژوارە کە بە هاوسەرەکانمان بڵێین چ شتێك ئازارمان دەدات؟ لەبەرانبەردا، بۆ شتانێك کە هێندە گرنگ نین، هاواری بەسەردا دەکەین. ئێمە زۆر سەرنجی بابەتە ناپێویستەکان دەدەین.

تا چەندین ساڵ، زۆر لەو کارە بچووکانە ورد دەبوومەوە کە دەزگیرانەکەم دەیکردن.

هەندێك جار بیرم دەکرەوە و بە سەرنجلێدانیان شۆك دەبووم.

بەڵام دەمویست کاردانەوەی ببینم و دەمویست توڕەیی و بێزاریی خۆم لەودا خاڵی بکەمەوە، ئا بەم جۆرە بۆ هەموو شتێك هاوارم دەکرد، بۆ هەر شتێك کە بە مێشکمدا دەهات.

تەنیا کارێك کە بوو بیکەم، ئەوە بوو کە ڕێك لەو کاتەدا قسە بکەم. کاتێکی زۆری ویست تا تێبگەم تەنیا ڕێگایەك کە لەڕێیەوە بتوانم بۆ هەر پەیەوەندییەك دۆخەکەی پێ باشتر بکەم، ئەوەیە کە لە

کاتی گونجاودا دەستبەجێ قسە لەسەر هەستەکانم بکەم، نەوەك دوای بخەم. ئەم کارە ڕێگریی لە هەر چەلەحانێ و دڵگرانییەك دەکرد.

هاوارکردن و خۆخواردنەوە تەنیا دەبووە هۆی ئەوەی کە بارودۆخەکە خراپتر بکات. ئەوکات وام دەزانی بڕیارێکی دروستم داوە، بەڵام ئێستا دەزانم کە پرسیارکردنی نابەجێ و خراپ بنیادنانی پەیوەندیم لە دەستپێکدا، خاڵی دۆڕانی من بووە.

فێر بووم کاتێك لە شتێك دەڕەنجێم، بە گفتوگۆ و ڕاشکاوی دەتوانم ژنێکی هۆشمەندتر و ژیرتر بم.

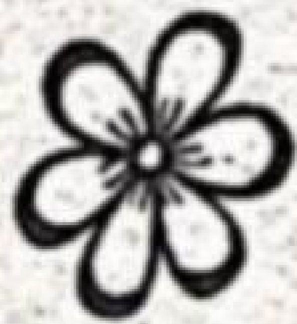
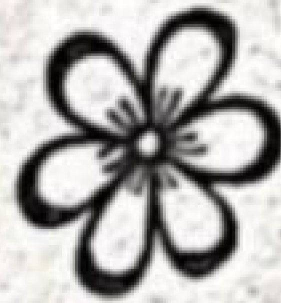
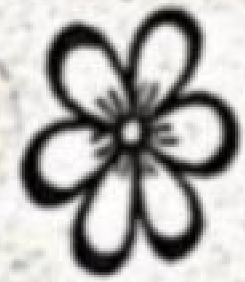
ڕەنگە ئەگەر چەند ڕۆژێك ئەم شێوازە تاقی بکەنەوە، ئێوەش وەکوو من لە خۆتاندا هەست بەو گۆڕانکاریانە بکەن.

بۆ هەڵگرتنی هەنگاوی یەکەم، واز لە بۆڵەبۆڵکردن بێنن و دەست بە گفتوگۆ بکەن تا شایەتی گۆڕانێکی گەورە بن لە پەیوەندییەکەتاندا و ئەگەر ئەم شێوازە کاریگەریی نەبوو، ئەو کات تێدەگەن کە ئەم کارە کۆتاییەکی چارەنوسسازی نەبووە.

کاتێك کە دەتوانن پێکەوە کات بەسەر بەرن و پێکەوە یادگاری جێ بهێڵن، سەرزەنشتکردن لەو کاتەدا زۆر بێمانایە. ڕێزگرتن لە هاوسەرەکەتان کلیلێکە بۆ هەبوونی پەیوەندییەکی دروست و هۆکارێکە بۆ پتەوکردنی پەیوەندیتان. پەیوەندییەکەتان بە جۆرێك توند و ساز

دەبێت کە پێشتر هەرگیز ئەوەتان ئەزموون نەکردووە، کەواتە هاوار مەکەن و پێکەوە پەیوەندی ببەستن.

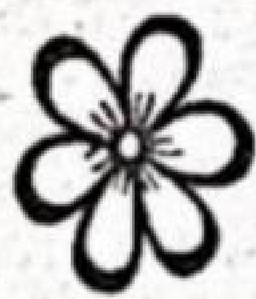


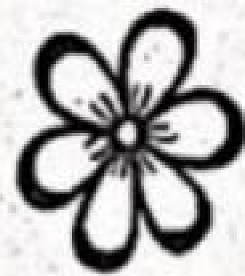
  

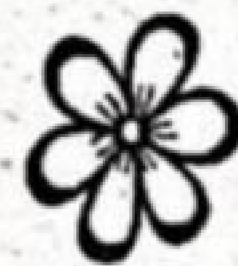
پەلەکردن لە بەستنی پەیوەندییەکدا



ناتوانن کەسێك ناچار بکەن تا ئێوەی خۆش بوێت، ناتوانن کەسێك کە ئامادەی بەستنی پەیوەندی نییە لەگەڵ ئێوەدا، بە زۆر بیهێننەوە ناو پەیوەندییەوە.







پێم وا بوو ئەشق بە مانای ئەوە دێت کە دەبێت خێرا چرۆ بکات و هەبوونی پەیوەندییەك و ئەوەی کە کاتێکی زۆر پێکەوە بەسەر ببەین، شێوازێکی گونجاوە بۆ ئەوەی کە پەیوەندییەکە بە باشی بەرەو پێشەوە بڕوات.

من بە تەواوەتی هەڵە بووم. کاتێك کە لە سەرەتاکانی پەیوەندییەکداین، کات و ماوەیەکی زۆر لەگەڵ کەسی بەرانبەردا دەگوزەرێنین، سەرکەوتوو نابین لەوەی کە هەڵە و کەموکورتییەکانی یەکتری ببینین، بە گشتی هەوڵی ناسنی ئەو کەسە دەدەین. ئەگەر لە سەرەتادا هەستتان کرد شەیدای ئەو بوون، ئەوە هەستێکی ئاساییە، چونکە هەموو شتێك بە تەواوی نوێیە، بەڵام ئەگەر خێرا بچنە پێشەوە، ئەم هەستە دەتوانێت ئێوە بخاتە ناو کێشەیەکی گەورەوە.

وەرن با واقعبین بین. ئێوە ئەو کەسە ناناسن و تەنیا تا ئاستێك ئەو دەناسن کە بووەتە هۆکاری ئەوەی هۆگری بن، بەڵام هەموو نهێنییە شاراوە و پیسەکانی دەروونی ئەو ناناسن، ڕاست ناڵێم؟ کاتێك کە زۆر بە خێرای هەستتان دەرووژێت، ئەگەری ئەوەی هەیە نەتوانن ئەو ڕاستیانە ببینن کە زۆر ڕوونن.

هەر بەو جۆرەی کە هەمووان دەزانن، ئەو بە پێچەوانەی کەسایەتیی ڕاستەقینەی خۆی نمایش دەکات. ئەو خاڵەی کە دەمەوێت بیڵێم، ئەوەیە کە هۆگربوونێکی خێرا بە کەسێکەوە، دەبێتە خاڵی

کوژانەوە و بێدەنگیتان، چونکە ئێوە سەرنجتان لە هەموو شتەکانی ئەو نەداوە.

لە ناسینی کەسێکدا پەلە مەکەن، پەلەکردن لە کاردا نییە، پێویست ناکات کەسێک ناچار بە پەیوەندیبەستن بکەن کە کاتی بۆ ئەو بابەتە نییە. خراپترین کارێك کە دەتوانن لەبەرانبەر پیاوێکدا بیکەن، ئەوەیە کە کاتێك ئەو ئاسوودە نییە یان بارودۆخی ئەوەی نییە تا لەگەڵ ئێوەدا پەیوەندییەك ببەستێت، ئەو ناچار بە ئەم کارە بکەن. بەم کارەتان تەنیا ئەو دەڕەنجێنن، پەیوەندییەك وەك ئەوەی بە زۆرەملێ دروست کرابێت! پەیوەندییەکەی ئێوە نابێت لەم جۆرە پەیوەندیانە بێت.

باشترە لەجێی ئەوەی خێرا لەگەڵ ئەودا گیانیبەگیانی بن، بە جۆرێك کە تەنانەت نەزانن لەگەڵ چ کەسێکدا لە پەیوەندیدان، پەیوەندیی خۆتان لەگەڵ ئەودا وەك دوو هاوڕێ دەست پێ بکەن، بەم جۆرە کەم کەم و باشتر ئاشنای شێوازی بیرکردنەوەی یەکتری دەبن. ئێوە خۆ ناتانەوێت، دژمنەکەتان ببێتە هاوڕێتان، ئەویش تەنیا لەبەر ئەوەی کە پەلەتان کردووە تا هەموو شتێك بەو جۆرە بێت کە ئێوە دەتانەوێت.

ئەگەر لە پەیوەندیدا، لەسەرخۆ و بە ورياییەوە پێشڕەوی بکەن، هیچ کێشەیەك نایەتە پێشەوە. کات و هەلێکی زۆرتان دەبێت تا شتانێکی وەك کەموکوڕی و هەڵەکانی یەکتری بناسن، بەڵام ئەگەر

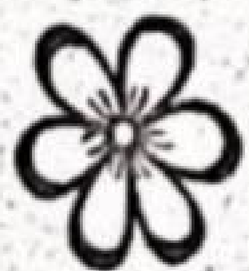
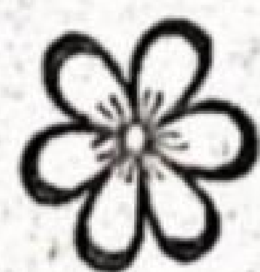
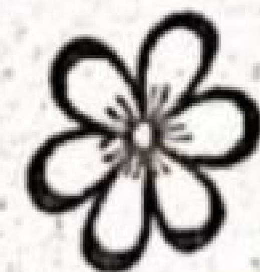
لە کارێکدا پەلە بکەن و وریا نەبن، ڕەنگە دواتر پەشیمان ببنەوە و جێبرینی ئەمە تا کۆتایی ژیانتان بمێنێتەوە.

سنووردارکردنی پیاوان دەبێتە هۆی کۆتاییهاتنی پەیوەندی. کاتێك پیاوێك ئامادەیی ئەوەی نییە کە بێتە ناو پەیوەندییەکەوە و بەردەوام ئەمە بە ئێوە دەڵێتەوە، بەم شێوەیەش ئێوە دیسان بەم کارەی ناچار دەکەن، ڕەنگە لەبەر چوونەپێشی خێراتان، سەرزەنشتتان بکات، تەنانەت لە کۆتاییدا، ڕەنگە وا بیر بکاتەوە کە ئێوە شێت بن، هەر یەکێك لەمانە بە جۆرێك لە شکست دەژمێردرێن.

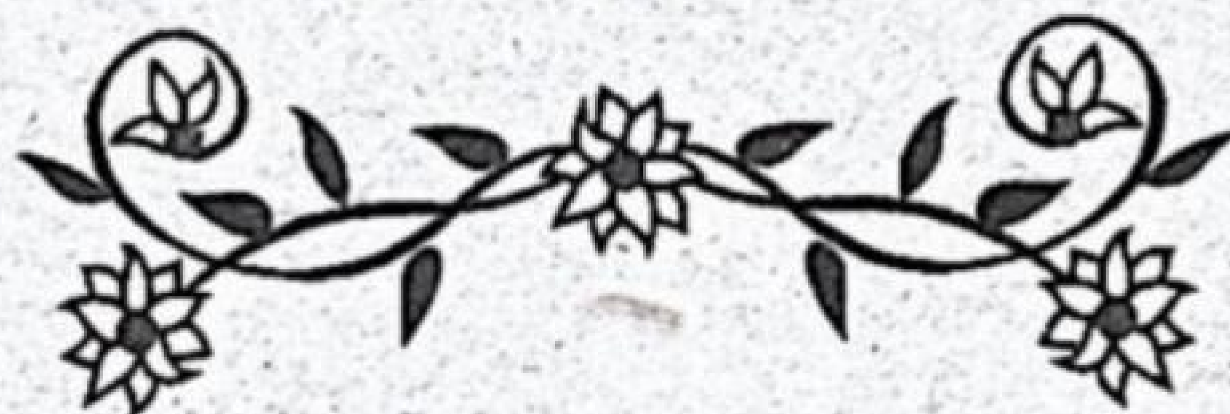
پەلەکردن بۆ هاوسەرگیری یان خێرا خستنەوەی منداڵ دواتر بەتێپەڕبوونی کات گرفت بۆ پەیوەندییەکەتان دروست دەکات، بۆیە لەبری ئەوەی کەمێك چاوەڕێ بن، سوودتان لە شێوازێك وەرگرتووە کە وەك بڵێیت ئەوتان ناچار بە شتێك کردووە، دووبارە ئەمە ڕێگاچارەیەکی هەڵەیە.

لە هەر پەیوەندییەکدا هەر دوو لایەن دەبێت بڕیار بدەن کە ئایا دەیانەوێت بە دەزگیرانداری بمێننەوە یان هاوسەرگیری بکەن...

هەمیشە ئەوە نابێت کە ئێوە دەتانەوێت.

ئەمە تەنیا پەیوەندییەك نییە



مانگانێك و ڕەنگیشە ساڵانێکی تەمەنی خۆتان بۆ هاوسەرەکانتان تەرخان کردبێت و بەرانبەر بە ئەو بەوەفا و باش بوون، هەمیشە پارێزەری ئەو بوون، تەواوی بیر و ژیانتان بە ئەو بەخشیبێت، بەڵام هێشتاش نازانن بۆچی ئەو ناتوانێت لەگەڵ ئێوەدا باش بێت.

بەڵام بۆچی دەبێت باش بێت لە کاتێکدا کە هەموو شتێکتان بۆ ئەو ئامادە کردووە. ئەو بەم شێواز و دۆخە هەست بە ئاسوودەیی دەکات، چونکە دەزانێت تەنانەت ئەگەر لەبەرانبەرتاندا باشیش نەبێت، دیسان بە هەموو بونتانەوە گرنگی بە ئەو دەدەن. لەبەر ئەوەی کە یاری بە هەستەکانتان کردووە ئامادەن سەرزەنشتیان بکەن، بەڵام لە ڕاستیدا دەبێت خۆتان سەرزەنشت بکەن، چونکە هەر کارێك کە ئەو کردوویەتی، ئێوە پەسەندتان کردووە، ئەوە تەنیا خۆتانن کە لەم پەیوەندییەدا ماونەتەوە، هیچ کەسێك ئێوەی ناچار نەکردووە بمێننەوە. ئێمە هەندێك جار ئامادەین زۆر بە زوویی سەرزەنشتی پیاوان بکەین، تەنیا لەبەر ئەوەی نامانەوێت ئەوە قەبووڵی بکەین کە هەڵەکە بە تەواوەتی لە

خۆماندایە، چونکە خۆمان قەبووڵمان کردووە تا بەم جۆرە هەڵسوکەوتمان لەگەڵدا بکەن، ئەگەر لە بارودۆختان ڕازی نین، بیانوو مەهێننەوە، کۆتایی بە پەیوەندییەکە بهێنن.

ئەم بەشە لە کتێبەکە، یەکێکە لە بەشە دڵخوازەکانی من، چونکە دەربارەی کۆمەڵێك کار هەڵەیەك هەیە کە چەندان جار کردوومە و هەڵەیەکم دیسانەوە دووبارە کردووەتەوە.

کاتێك وەك ژنێکی ساویلکە باسی خۆم دەکەم، مەبەستم ئەوە نییە کە ئەو کاتە نەمدەزانی چی بکەم، مەبەستم ئەوەیە کە تەمەنم کەم بوو، بێپەنا و کەمئەزموون بووم و لەمە زیاترم نەدەزانی. کاتێك دەمویست لەگەڵ پیاوێکدا ئاشنا ببم، ئەقڵێکی کامڵم نەبوو.

پێم وا بوو کە ئەگەر پیاوێك منی بوێت، دەبێت پەیوەندیی لەگەڵ مندا هەبێت و ئەگەر ئەم کارە نەکات، هەڵسوکەوتەکانی ئەو ئاسایی نین و ئەو منی خۆش ناوێت، بەڵام ئەگەر ئەم کارەی بکردایە، بە واتای ئەوە بوو کە ئێمە لێك نزیکترین و دەکرێت پەیوەندییەکەمان توند و پتەوتر بێت. ئایا ئەم جۆرە بیرکردنەوەیە دروستە؟

- هەڵە، هەڵە، هەڵە!!!

ئەو هەڵەیەی کە من جارێك کردم، ئێوە بەو بیانووەوە مەیکەنەوە کە ئەگەر پیاوێك ئێوەی بوێت، دەبێت جەستە و لەشی خۆتان بخەنە بەردەستی ئەو.

هەندێك لە پیاوان بۆ بەدەستهێنانی شتێك کە دەیانەوێت، درۆ هەڵدەبەستن، لە کاتێکدا کە هەندێکی دیکە، هەر لە سەرەتاوە دەڵێن کە دەیانەوێت پەیوەندییەکە بڕیارە چۆن بێت، هەر بۆیە نابێت گێژ بن. هەندێك جار زۆر بە ئاسانی ئاشقی پیاوێك دەبین کە زمانلووسە و دەزانێت چۆن بە قسەکردن ئەو شتەی کە ئێمە پێویستمان پێیەتی، دەرببڕێت. بەم شێوەیە ئەو زۆر بە ئاسانی دەتوانێت لەگەڵ ئێمەدا پەیوەندی ببەستێت. دواتر لە دڵی ئێمە نزیك دەبێتەوە و بمممم ئێمە دەخاتە داوی خۆیەوە!

پیاوێکی قۆز دێتە پێشەوە، زمانلووسی دەکات و تەواوی ئەو شتەی وا ئێوە دەتانەوێت بیبیستن، بۆتان دەڵێت. لەوەی کە ئێوە چەند باش و جوان دەردەکەون، تا ئەوەی کە چەندە گرنگی بە ئێوە دەدات و ئەوەی کە دەیەوێت ڕۆژێك لەگەڵ ئێوەدا خێزان پێك بێنێت و ئێوە ببنە خێزانی.

ئێوە دەباتە دەرەوە، دیاریتان بۆ دەکڕێت، خۆشەویستیتان بۆ دەردەبڕێت و لێرەدا ئێوە بەهۆی شتانێکی تەواو هەڵەوە ئاشقی ئەو

دەبن، هەستەکانتان شەپۆل دەدەن لە خۆشحاڵیدا، لەبەر ئەوەی کە ئەو بە تەواوەتی لەگەڵ دەستگیرانەکەی پێشووتاندا جیاوازە.

ئەم کەسە ڕەوشت و گرنگییەکی هەیە کە ئەو لە پیاوەکانی دیکە جیا دەکاتەوە، هەر بۆیە ئێوە کاتێکی زیاتر لەگەڵ ئەودا بەسەر دەبەن و کەم کەم هەر جارێك کە ئەو دەبینن، زیاتر ئاشقی دەبن و بڕواتان وایە کە ئەمە تەنیا بەڵێنێکی ئاشقانەیە. وا بیر دەکەنەوە کە هەمان ئەو شتەی ئێوە لە پەیوەندیدا دەتانەوێت، ئەویش هەمان شتی دەوێت؛ بڕیارە لە کۆتاییدا ببنە خێزانی. کات تێدەپەڕێت، مانگ و تەنانەت ساڵەکانیش تێدەپەڕن و هەموو شتێك هەر وەك خۆیەتی.

لە کۆتاییدا زات دەدەنە بەر خۆتان و لێی دەپرسن کە ئەو چی لە ئێوە دەوێت و ڕێك لەم کاتەدایە کە دڵتان پارچەپارچە دەبێت، لەبەر ئەوەی کاتێکی زۆرتان خەرج کردووە تا ئەوتان ئاشقی خۆتان کردووە، لەم ڕێگایەدا هەوڵێکی زۆرتان داوە تا ئەوەی کە ئەو قسەیەی لە دەمی ئەو دێتە دەرەوە، ئەمەیە کە دەڵێت: «من تەنیا دەمەوێت دۆستی یەکتری بین، لەڕێی ئەم پەیوەندییەوە».

بەڵێ، وتی لەگەڵ هەبوونی پەیوەندی تەنانەت دەنگیشی نەلەرزی و ئێوەش دەزانن کە ئەمە ڕاست نییە، لەم ساتەدا تێدەگەن ئەو فریوی داون، بۆیە ناتوانن تێبگەن و بۆتان گرنگە، چونکە لە تەواوی ئەو ماوەیەدا ئەمە شتێك زیاتر بووە لە پەیوەندییەکی سادە.

ئێوە پەیوەندیەکی باش و جیاوازتان هەبووە، بەڵام ئەو چۆن دەتوانێت تۆی نەوێت؟ مەبەستم ئەوەیە تۆ زۆر باش و سەرنج ڕاکێش بویت، ڕاست دەڵێم؟ چ کەسێك ئێوەی ناوێت؟ چ کەسێك نایەوێت شانسی ئەوەی هەبێت هاوبەشی ژیانتان بێت، ڕاست دەڵێم؟

ئەو دۆخەی کە ئێستە تێیدایت بەهۆی ئەوەوەیە کە لەبری ئەوەی هەر لەو سەرەتاوە لە کاتی خۆیدا پرسیاری دروست دەربارەی پەیوەندییەکەتان بکەیت، بە چاو و گوێی داخراوەوە چوویتە نێو پەیوەندییەکەوە. کاتێك لە تەمەنێکی کەمتردا بووم، فێر بووم کە هەرچەندە لە سەرەتای پەیوەندییەوە پرسیاری زیاتر بکەم، دواتر کەمتر هەڵە دەکەم، چونکە هەر دووکمان دەزانین لەم پەیوەندییەدا چیمان لە یەکتری دەوێت.

ئەوەی کە هەوڵ دەدەم پێتانی بڵێم، زۆر ڕوونە: «ئەگەر ئێستە لە خۆتان بپرسن کە ئاخۆ دواتر هەست بە پەشیمانی ناکەن؟»

ئەگەر دەتوانن لەگەڵ کەسێکدا پەیوەندی ببەستن یان ئەوەی کە کاتە بەنرخەکانتان بۆ ئەو تەرخان بکەن، کەواتە هەر لە سەرەتاوە دەتوانن بپرسن: «لەم پەیوەندییەدا چیت لە من دەوێت؟» یان ئەوەی کە «لەم پەیوەندییەدا ئانجت چییە؟»

هیچ کاتێك وا بیر نەکەنەوە تەنیا لەبەر ئەوەی کە یەکتری دەبینن و پێکەوە دەڕۆنە دەرەوە یان لەگەڵ ئەودا نێوانتان خۆشە، ئەوا ئیتر پەیوەندییەکی سەرکەوتووتان دروست کردووە، لەم حاڵەتەدا تەنیا لەگەڵ خۆتاندا درۆ دەکەن.

بەم کارە لە زەینی خۆتاندا دەست بە سازدانی چیرۆک دەکەن لەبارەی ئەو وێنایەوە کە بۆ پەیوەندییەکەتان هەتانە.

پیاوێکی سەرڕاست نەك ئەو پیاوە کامڵنەبووەی کە دەیەوێت بچێتە ناو یاریەکی بێئەقڵانەوە، ڕێك هەر لە سەرەتادا ڕاستییەکەتان پێ دەڵێت و لێتان ناشارێتەوە ئەگەر داهاتویەك لەگەڵ ئێوەدا ببینێت، پێتان دەڵێت و یان ئەوەی کە چاوەڕوانی دەرفەتێکی گونجاو دەبێت.

ئەگەر بڵێت هەموو ئەو شتەی کە دەیەوێت، ئەوەیە کە کاتژمێر سێی بەیانی، کات لەگەڵ ئێوەدا بەسەر بەرێت، بڕوا بە قسەکەی بکەن.

بە وتنی ئەو قسەیە، زۆر بە ڕوونی بە ئێوە دەڵێت کە هیچ شتێکی تایبەتی لە پەیوەندیی لەگەڵ ئێوەدا ناوێت و ئەمەش بەو مانایە نییە کە ئەگەری هەیە ماوەیەك دواتر بیرکردنەوەی بگۆڕێت. ئەو پێتان دەڵێت کە خێزانی ناوێت و بڕیار نییە پەیمانێکی بەستبێت و

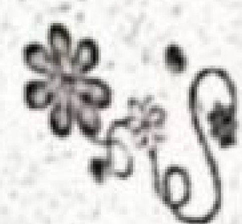
لەم پەیوەندییەدا هیچ سنوورێك بۆ خۆی دانانێت. قرار نیست تعهدی داشته باشد و در این رابگه هیچ محدودیتی برایخود نمی شناسد.

بە مانایەکی دیکە، ئاسوودە و ئازادە کە بیەوێت لەگەڵ هەر کەسێکدا پەیوەندیی هەبێت کە دەیەوێت، ئێوە ناتوانن لەم بارەیەوە سکاڵا بکەن.

یەکێك لە کێشەکانم لە هاوسەرگیری پێشومدا، هەر لەم بارەیەوە بوو، یەکتریمان ناسی و پەیوەندییەکەمان تەواو کرد. کاتی زۆرمان پێکەوە بەسەر دەبرد، هەستەکانمان دەگەیشتنە ئەوپەڕ و دواتر کاتێك ئەو دەیوت نایەوێت پەیوەندییەکەمان ڕاستەقینە بێت، من دڵم دەشکا، چونکە وام دەزانی (خاڵی کلیلیی خانمەکان: وام دەزانی) ئەو دەیەوێت لەگەڵ مندا بێت و تەنانەت هەندێك جار وام دەزانی کە ئێمە پێکەوەین، لە ڕاستیشدا بەو جۆرە نەبوو.

لە تەواوی ماوەی پێکەوەبوونماندا، لێکتێگەشتنمان هەبوو، یەکترمان قەبووڵ دەکرد و ئەم هەستی لێکتێگەیشتنە شتێك بوو کە ئێمەی کوێر کردبوو، بە دەربڕینێکی تر؛ ئێمە لێك تێدەگەیشتین، بەڵام تەنیا لە بابەتە هەڵەکاندا.

ئایا ئەو کەسێکی گەمژە بوو؟ نا، بە پێچەوانەوە، من گەمژە بووم و پێم وا بوو ئاشقم.



تەنانەت لەگەڵ ئەوەی کە دەمزانی هەتا زیاتر وەک دەزگیرانم لە ژیانمدا بمێنێتەوە، ئەوە زیاتر ژیانم وێران دەبێت، بەڵام دیسانەوە ئەو کاتە باشترین هاوڕێم بوو.

نەمدەتوانی بەم کارە، زیاتر درێژە بە تێکدانی ژیانی خۆم بدەم.

ئەو بۆ من کەسێکی ئازاربەخش بوو و تا ئێستاش هەر وایە، بەڵام دەمزانی جیابوونەوەمان باشترە نەک پێکەوە بمێنینەوە.

هەر بۆیە ئەم بەشە بە «ئەمە تەنیا پەیوەندییەك نییە» دادەنێم، لەبەر ئەوەی هەر بەو جۆرەی کە من گیرۆدەی وەها پەیوەندییەك بووم، بە هەمان شێوە ئێوەش گیرۆدە دەبن.

کاتێك دەچینە ناو پەیوەندییەکەوە، دونیایەکی خەیاڵی لە مێشکی خۆماندا ساز دەدەین و بڕوامان وایە لەم پەیوەندییەدا هەموو شتێك زۆر باشە، بەڵام کاتێك ڕاستییەکان خۆیانمان نیشان دەدەن، لەناو دەچین و وا بیر دەکەینەوە ئەو کەسە تاوانبارە کە یاریی بە هەستەکانمان کردووە.

ناتوانم درۆ بکەم، بەڵام هەستی ئەوەی کە ئێمەیان وەلا ناوە، بەئازارە، وا هەست دەکەیت کە دڵت پارچەپارچە بووە، بەڵام ئێمە هەر ئەو کەسانەین کە قەبووڵ دەکەین لە هەمان دۆخدا بمێنینەوە.

مافی ئەوەمان نییە لەبەر نەزانیی خۆمان، پیاوان سەرزەنشت بکەین. لە پێشتردا باسم کرد کە پیاوێکی سەرڕاست هەر لە سەرەتاوە ڕاستیی مەبەستەکەیتان پێ دەڵێت، بەڵام کەسێکی هەرزە هەمیشە بەدوای ڕێگەیەکەوەیە تا درۆ بکات.

کەسێکی ناکامڵ بە ئاسانی یاری بە هەستەکانتان دەکات و بە جۆرێك خۆی دەردەخات کە گوایە خۆشی دەوێن و واتان لێ دەکات وا هەست بکەن کە ئێوە خێزانی ئەون، بەڵام لە هەمان کاتدا لەگەڵ کەسانێکی دیکەشدا هەمان پەیوەندیی هەیە بێ ئەوەی ئێوە هەستی پێ بکەن.

لەو دۆخەدا، بەڵێ، ئاساییە کە هەست بکەیت تۆی بەکار هێناوە و خراپ سوودت لێ وەرگیراوە و بێتاقەت و تورە ببیت، ئاخر تۆ یاریت پێ کراوە.

دەمەوێت زیاتر دەربارەی پەیوەندییەك بدوێم کە ئەو (کەسی بەرانبەر) بە ڕوونی نیشانتان دەدات کە هیچ ویست و ئامانجێکی لەو پەیوەندییەدا نییە کە لەگەڵ ئێوەدا بەستوویەتی، لە کۆتاییدا ئەوە ئێوەن کە بەو ئومێدەوەن ئەو پلەبەپلە و کەم کەم بۆچوونی بگۆڕێت.

ئازیزانم ئەوە خۆتانن خەریکن یاری بە هەستەکانی خۆتان دەکەن. ئەگەر ئێوە خۆتان بڕیار بدەن کە بڕوا بە هەر شتێك نەکەن کە

پێتان دەڵێت، ئیدی کاتێک کە ئەو کەسێکی دیکە دەدۆزێتەوە و دەیخاتە جێگاکەی ئێوە، لەدەستی بێتاقەت و توڕەنا بن.

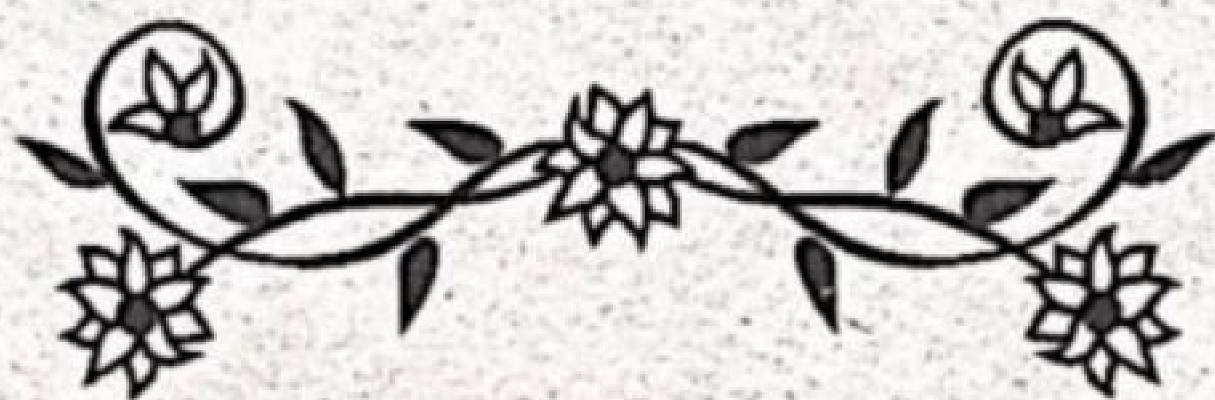
ئێوە لەوە دڵگران و تووڕە نابن کە ئەو پەیوەندیی لەگەڵ کەسێکی دیکەدا هەیە، ئاخر ئەو پێشوەختە هیچ بەڵێنێکی بە ئێوە نەداوە.

ئەو لەگەڵ ئێوەدا هیچ پەیوەندییەکی نییە، واتە ئێوە بۆ ئەو، لە ئەشقێکی کاتی زیاتر هیچ نین. کاتێک بتوانن ئەو وتەیە لە مێشکی خۆتدا بگونجێنن، ئیتر دووبارە ئەو هەڵەیە ناکەنەوە کە فریو بدرێن یان ببنە پارووی کەسێک. ئەو کات تێدەگەن کە دەبێت دۆخەکە هەر بەو جۆرەی کە هەیە، قەبووڵ بکەن و کاتێک کە هەستتان کرد ناتوانن بەردەوام بن و کێشەیەک بوونی هەیە، واز لە پەیوەندییەکە بێنن.

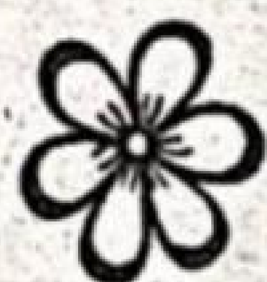
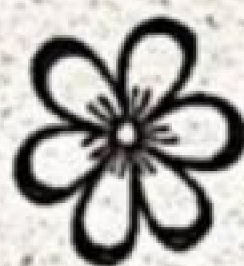
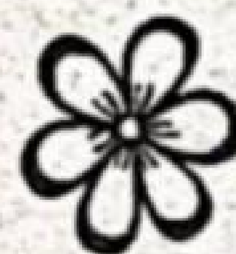
ئێوە شیاوی ئەوەن کە خێزانی کەسێک بن، کەوایە بۆچی لەوە کەمتر (پەیوەندییەکی کاتی) هەڵدەبژێرن؟ بارودۆخێکی باشترتان بۆ خۆتان ناوێت؟ کەواتە با هەڵبژاردنێکی ڕاستتان هەبێت، لەبەر ئەوە خۆتان مەخەنە دۆخێکەوە کە دڵتان بشکێت و ئازار بچێژن.

دەست هەڵگرن لە بیرکردنەوە لەوەی کە ئاخۆ دۆخەکە لە داهاتوودا چۆن دەبێت، دۆخەکە هەر بەو جۆرەی کە ئێستا هەیە، قەبووڵ بکەن.

ئێوە تەواوکەری خۆتانن



لەو کاتەوەی بڕیارم دا خۆمم خۆش بوێت، پەیوەندیم لەگەڵ هەموو کەسانی دەوروبەرمدا گۆڕانکاریی بەسەردا هات.

دەبوو ئەم بەشە بخەمە سەر بەشی «بەها خودییەکانی ئێوە»، بەڵام هەستم کرد بۆ ئەوەی باشتر لە باسەکان تێبگەن، دەبێت بە شێوەی جیا بیاننووسم.

چەندین جار ڕووبەڕووی شکست بوومەتەوە، لەبەر ئەوەی هەوڵم دەدا باوکم لە کەسایەتیی پیاوێکدا دروست بکەم، کە لەگەڵیدا ئاشنا دەبم. تەمەنم تەنیا حەوت ساڵ بوو کە باوکم ئێمەی بەجێ هێشت، ئەویش لە ڕۆژی کریسمسدا. بەڵێ، ئەوەی کە خوێندتانەوە ڕاست بوو: ڕۆژی کریسمس. ئاشقی باوکم بووم، بە درێژایی ئەو حەوت ساڵە، پیاوێکی زۆر بێوێنە بوو وە تەنانەت دایکیشم هیچ کاتێک خراپەی لەبارەیەوە نەوتبوو. هەمیشە وام هەست دەکرد کە باوکم کاریگەرییەکی خراپی لەسەر ئایندەم داناوە و هەر ئەویش بوو کە کێشەیەکی زۆری بۆ هێنامە ئارا.

برا گەورەکانم پاڵپشتێکی باشی گەورە بوون. لەنێو پیاواندا تەنیا ئەوان لە ژیانی مندا بوون، هەر بۆیە دایکم لەبەر ئەو ڕێزە زۆرەی کە لای منداڵەکانی هەی بوو هیچ کاتێک بەوە ڕازی نەبوو پیاوێکی دیکە بەماڵەوە فێر ببێت. ئەو شادیی خۆی کردە قوربانی بۆ منداڵەکانی، هەر لەبەر ئەوەشە کە ناتوانم هیچ کاتێک چاکەکانی ئەو بدەمەوە. دایکم هەر شتێك کە پێویستم دەبوو، بۆی فەراهەم دەکردم و هیچ کاتێک هەستم بە کەموکوڕی و نەبوونی سۆز و خۆشەویستی

نەکرد، بەڵام لە دەروونمدا هەستێك هەبوو کە پێویستیی بەوە هەبوو پیاوێك لە پشتم بێت.

پێویستیم بە پیاوێك بوو کە هەستم پێ بکات و لێم تێبگات، پێم وا بوو کە ئەمە ڕێگایەکە بۆ ئەوەی بە شادی بگەم. وام دەزانی تەنیا ڕێگەیەك کە بتوانم بگەم بە ئەشقێکی ڕاستەقینە، ئەوەیە کە لەگەڵ پیاوێکدا پەیوەندیم هەبێت، هەڵە!

کاتێکی زۆری ویست تا تێبگەم تاکە کەسێك کە دەتوانێت کاملم بکات خودی خۆمم، تەنیا خۆم. خۆم خاڵی دەستپێك و کۆتای هەر شتێك بووم و ئەمە هەستێك بوو لەبارەی خۆمەوە هەمبوو.

تەنیا خۆم بووم کە دەمزانی چۆنچۆنی خۆم خۆشحاڵ بکەم، ئەوە خۆم بووم کە دەمتوانی ڕاست لە هەڵە جیا بکەمەوە. تەنیا خۆم بووم کە پێویستم بە ئەشقی خۆم بوو تا بتوانم بگەمە ئەوەی کە دەرك بەوە بکەم کە خۆم بۆ خۆم بەسم.

ئەگەر وا بیر دەکەنەوە پیاوێکتان پێویستە تا ئێوە کامڵ بکات، باشترە بە تەنیا بمێننەوە. ڕەنگە قورس بێتە بەرچاوتان، بەڵام ڕاستگۆیانە پێتانم وت ئەگەر بەدوای کەسێکدا دەگەڕێن ئێوە کامڵ بکات، ئەوە کەوتونەتە گەورەترین هەڵەوە.

ئەوەی کە چاوەڕوان بن تا کەسێك بدۆزنەوە و کامڵتان بکات، بە تێپەڕینی کات کەمنرختان دەکات و سەرئەنجام دەبێتە هۆکاری ئەوەی کە جار دوای جار لە دۆخێکدا بمێننەوە تا کاتێك فێر دەبن کاتە بەنرخەکانتان لەگەڵ خۆتاندا بەسەر بەرن و وزەی خۆتان بۆ ئەشقی خۆتان سەرف بکەن.

گرنگترین کەس لە ژیاندا، **خۆتانن.**

کاتێك فێر بوون نرخی خۆتان بزانن، ئیتر ڕێگە بە هیچ کەس نادەن کە وا بیر بکاتەوە کە ئێوە پێویستیتان بەو هەیە و زۆر بە ئاسانی دەتوانن لەوە تێبگەن کە ئایا ئەو پەیوەندییەی کە بە سەختی هەوڵی بۆ دەدەن، بایەخی پاراستن و بەردەوامیی هەیە یان نا!

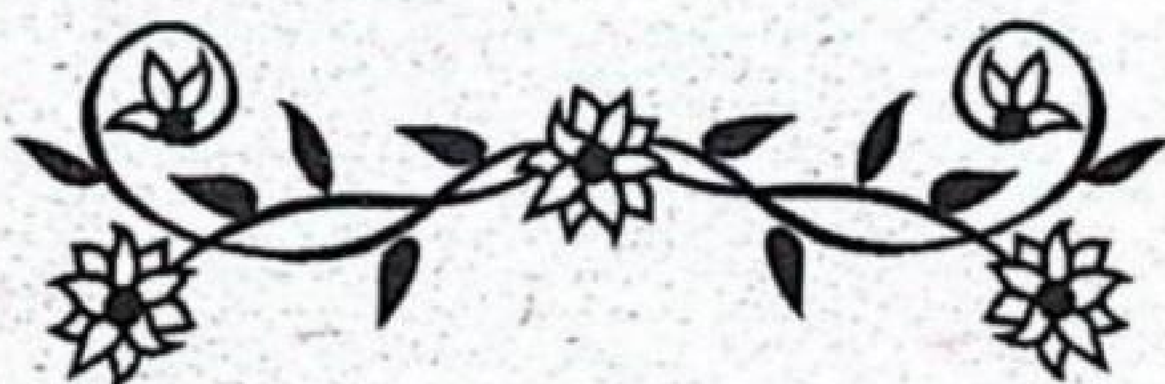
تێدەگەن کە شایەنی چ شتانێکن و ڕێگا بە هیچ کەسێك نادەن کەمتر لەوەی کە شایەنین، لەگەڵتاندا هەڵسوکەوت بکات، بەڵام بە گشتی گرنگترین خاڵ ئەوەیە کە فێر دەبن واز لەو پەیوەندییە بهێنن کە زیانی زیاترە تا سوود.

ڕێگە بە هیچ کەسێك نادەن کاتەکەتان بەفیڕۆ بدات، بە هیچ جۆرێك ڕێگە نادەن هیچ کەسێك بۆ سەرگەرمیی خۆی یاری بە

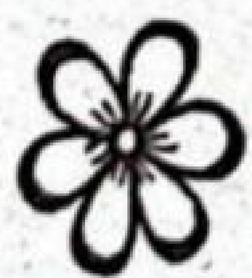
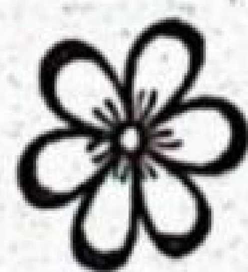
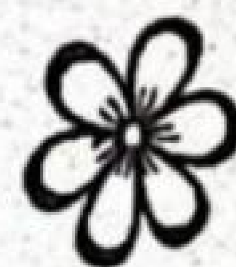
هەستەکانتان بکات. بەر لەوەی دووبارە ئەو ڕووداوە ڕوو بدات، ئەو کەسە لە ژیانتاندا دەربکەن.

ئەمەش واتە خۆخۆشویستن.

گەڕانەوە بۆ پەیوەندییەك كە زیانی بە ئێوە گەیاندووە



هەر كات كەسێك كە دڵتانی شكاندووە، ڕێگەی پێ دەدەن دووبارە بگەڕێتەوە ناو ژیانتان، دەبنە هۆی ئەوەی جێگای ئەو برینە هەر بە كراوەیی بمێنێتەوە. ئەو خاڵەی كە هەیە ئەمەیە، لە هەندێك جێگادا دەبێت ماڵئاوای بكەن و خۆشحاڵ بن لەوەی كە كەسێك وازی لێتان هێناوە و درێژە بە ژیانی خۆتان بدەن.

کاتێك دەگەنە ئەو بڕوایەی ئاشقی کەسێکن، هەر کارێك دەکەن لەپێناو مانەوە لەگەڵ ئەو کەسەدا، پێتان وایە ئاشقی ئەو کەسەبوون و ئەو شایەنی ئەوەیە گشت کات و سەرنجەکانتانی بە تەواوەتی بۆ تەرخان بکەن. دەتانەوێت پارێزگاریی لێ بکەن و لەبەرانبەردا وا چاوەڕوان دەکەن ئەو کارانەی لەپێناویدا ئەنجامی دەدەن، ئەویش بۆتان ئەنجام بداتەوە.

بەداخەوە، ئەمە بۆ زۆربەمان دێتە پێشەوە.

بەپێی ئەو ئەزموونەی کە پێشتر کردوومە، دەتوانم لەوە تێبگەم چ هەستێکی هەیە کاتێك بە تەواوی هەستەکانتانەوە دڵ دەدەیت بە کەسێك. بەردەوام بیر لەوە دەکەیتەوە کە مۆڵەتی بدەیت دووبارە بگەڕێتەوە ناو ژیانت، ڕەنگە ئەم جارە، هەموو شتێك بگۆڕێت، بەڵام هیچ کاتێك ناگۆڕێت. دۆخەکە هەر بەو جۆرەیە و بڕیار نییە باشتر ببێت و لە ڕاستیشدا ڕەنگە خراپتر ببێت.

هەڵەیەك کە هەمیشە دووبارەم دەکردەوە، ئەمە بوو کە مۆڵەتم دەدا کەسی پێشوو جارێکی دیکە بگەڕێتەوە ناو ژیانم. تەنانەت کاتێك کە کەمترین کاتمان پێکەوە دەبردە سەر، هێزی کێشکردنێك هەبوو کە بۆ لای یەکی ڕادەکێشاین، ئەوەندەم پێ خۆش بوو کە ئەو هەستەم ناو بنێم ئەشق، بەڵام ئەشق نەبوو–لە دڵسپاردنێک بەولاوە هیچی دیکە نەبوو.

بەڵێ، هەرچەندە کە دەتانەوێت، دەتوانن لەگەڵ خۆتاندا درۆ بکەن، بەڵام وردەوردە ڕاستییەکە زیانتان پێ دەگەیەنێت (زیانێکی قورس کە پێتان دەگات)، ئێمە ئەشق لەگەڵ هەوەسدا تێکەڵ دەکەین. دەگەڕێینەوە سەر پەیوەندییەکەی پێشوومان، چونکە وا دەزانین ئەوە ئەشقە کە دووبارە ئێمەی گەڕاندووەتەوە، نەخێر! ئەمە تەنیا شتێکە کە ئێوە لە مێشکی خۆتاندا دروستتان کردووە! پێشبینی دەکەین کە ئایندەمان چۆن بێت لەگەڵ ئەواندا، تەنیا باوەڕ بەو شتانە دەکەین کە خۆمان دەمانەوێ. لەبری ئەوەی ڕاستییەکان ببینین، چاو و گوێی خۆمانیان بەڕوودا دادەخەین.

هەشت ساڵی تەواو لەگەڵ خۆمدا درۆم کرد. هەمیشە بە خۆمم دەوت «ئەم جارە بارودۆخەکە جیاواز دەبێت»، هەر جارێك و هەر کاتێك کە پەیوەندیی پێوە دەکردم، وەڵامم دەدایەوە و خۆم بەدەستەوە دەدا، چونکە ئەو لەپشت هێڵەکەوە بوو.

ئەو باشتر لە هەر کەسێکی دیکە منی دەناسی. لە تەواوی هەستەکانی ناخم ئاگادار بوو. دەیزانی چ شتێك دەتوانێت من بخاتە پێکەنین، چ شتێك تووڕەم دەکات و چۆن هەستەکانم بگەڕێنێتەوە. دەیزانی هەر جارێك چ شتێك دەبێتە هۆکاری ئەوەی دڵم بشکێنێت.

کێشەکە لێرەدا بوو کە هەر کاتێك ئەو پێویستیی بە من بوو، من ئامادە بووم تا بە هەموو بوونمەوە دەرفەت بە ئەو بدەم. دەیزانی هەر

کاتێك بیەوێت بگەڕێتەوە، من بێ دوودڵی پێی ڕازی دەبمەوە. ئەگەر پەیوەندیی پێمەوە بکردبا، پەیامی بۆ بناردبام یان لە دەرگای ماڵەکەمی بدابا، ئەوا هەمیشە بەردەست بووم و کێشەکەش ڕێك لێرەدا بوو.

بەهەرحاڵ، ئەو دەرك و تێگەیشتنی تا ئەم ئاستە بوو، هەمیشە هەر کارێکی بێ ویست ئەنجام دەدا، لە کاتێکدا کە من تەواوی هەوڵی خۆمم دەدا هەر هەمان ئەو کارە بە جۆرێك ئەنجام بدەم کە وا بزانێت من لەگەڵ ئەوانی دیکەدا جیاوازم. حەزم دەکرد من وەك ژنی داهاتووی خۆی ببینێت، خێزانی ئایندەی، بەڵام من تەنیا خەریك بووم گاڵتەم بە خۆم دەکرد.

هەر کاتێك دەگەڕایەوە ناو ژیانم، هەموو شتێکی بە جوانی ڕوون دەکردەوە، بۆ نموونە دەیوت هیچ ئامانجێکی تایبەتی لەم پەیوەندییەدا نییە، بەڵام دیسانەوە ڕازی دەبووم کە بگەڕێتەوە، چونکە پێم وا بوو کە دەتوانم تێڕوانینی ئەو دەربارەی خۆم بگۆڕم.

وام بیر دەکردەوە هەتا زیاتر پەیوەنیم لەگەڵ ئەودا هەبێت یان ئەوەی کە هەڵسوکەوتە هەڵەکانم بگۆڕم، لە کۆتاییدا ڕۆژێك دێت ئەو نرخی من دەزانێت.

هەڵەیەکی دیکە! ئەو هەرگیز منی بەو جۆرە نەویستبووم کە هەبووم. تەنیا شتێك کە بووبووە هۆکاری ئەوەی هۆگری من بێت، بوونی پەیوەندییەکی کەمخایەن بوو و تەنیا ئەوەی دەویست، نە کەمتر، نە زیاتر.

بەشێك لە بوونم هێشتا لەوە تێنەگەیشتبوو کە بۆچی نەگەڕامەوە بۆلای دەزگیرانەکەم، تا ئەوەی کە ڕۆژێك لە خۆمم پرسی بۆچی دەبێت پەیوەندی بە ئەوەوە بکەم یان پەیام بنێرم؟ جا ئەم بیرکردنەوانەم بە تەواوی ئاڵۆزیان کردم.

ئەو بەردەوام منی بە دەزگیرانەکەی پێشووی بەراورد دەکرد و بە جۆرێك هەڵسوکەوتی دەکرد کە گوایە ئەو فریشتەیە و منیش شەیتانم. لە ڕوانگەی ئەوەوە من تووشی هەڵەی زۆر بووبووم و چیتر کەسێکی لەبەردڵان نەبووم بۆی (ڕاستەوخۆ ئەمەی نەگوت، بەڵام دەمتوانی زۆر بە ڕوونی لەوە تێبگەم کە دەیەوێت چی بڵێت).

من... کەسێك بووم کە هیچ کاتێك درۆم لەگەڵیدا نەکردبوو.

من... تەنیا کەسێك بووم کە هەمیشە پارێزگاریم لێ کردبوو.

من... کەسێك بووم کە تەنیا ئەوم لەبەر خاتری خۆی دەویست، تەنیا لەبەر خاتری خۆی.

کاتێک بە هەڵسوکەوتەکانی وای نیشان دا من درۆزنێکم، کاتێک بڕوای بە قسەی کەسێکی دیکە زیاتر بوو تا من، کاتێک منی بە خیانەتکارێک فرۆشت، ئەو کاتە بوو کە بۆ هەمیشە منی لەدەست دا. تێگەیشتم کە ئەو هیچ کاتێک منی وەک ژنێک کە هەڵەکانی بوونەتە هۆی پێشکەوتنی ئەو، نەدیوە.

ئەو هیچ کاتێک منی وەک ژنێک کە بە تەواوی بوونییەوە دەرفەتی پێ دا و لەبەرانبەردا، هیچ شتێکی بەدەست نەهێنا، نەبینی. لەچەند ساڵی ڕابردوودا، منی وەک مگی (کەسایەتییەکی ئەفسانەییە) دەبینی و چیتر نەمدەتوانی بەرگەی ئەمە بگرم. ئەو هیچ کاتێک بەو جۆرەی کە شایستەی بووم، نرخمی نەدەزانی.

هەندێک کات ڕێگە بە دەوروبەر دەدەین لە نرخمان کەم بکەنەوە و وا بیر دەکەینەوە هەر شایەنی ئەوەندەین، بەڵام خانمینە، نابێت ژیان بەو جۆرە بێت. زۆرێک لە ئێوە شایەنی ئەوەن پەیوەندیتان لەگەڵ کەسێکدا هەبێت بەو جۆرەی کە شایەنن، بایەختان پێ بدات و خۆشتانی بوێت. قایلبوونی بە شتی کەمبەها، شتێکی بێسوودە.

هیچ کاتێک بۆمان ئاسان نییە خۆمان تێبگەیەنین کە هەڵەمان کردووە، هەڵبژاردنێکی هەڵەمان هەبووە و هەر لەبەر ئەم هۆکارە خۆمان بوینەتە هۆکاری ئەوەی دووبارە دڵمان بشکێتەوە.

باشترین وانەیەك تا ئێستا فێری بوبێتم، ئەوەیە خۆمم بە تەواوی خۆش بوێت و هیچ کاتێك ڕێگا بە ئەو نەدەم بگەڕێتەوە ناو ژیانم. کارێکی قورس بوو، زۆر قورس و بەئازار بوو کە وەڵامی پەیوەندییەکانی نەدەمەوە یان پەیامی بۆ نەنێرم، بەڵام ئەمە کارێك بوو کە دەبوو بیکەم و ئەگەر نەمکردبا، دەبوو هەشت ساڵی دیکە یان زیاتر لە هەمان بارودۆخدا بمێنمەوە.

دەمزانی ئەگەر دەرگاکەی بە ڕوودا بکەمەوە یان وەڵامی پەیوەندی و پەیامەکانی بدەمەوە، ئەم پەیوەندییە کۆتای نابێت و هەر بەو جۆرە بەردەوام دەبێت. تاکە ڕێچارە ئەوە بوو کە واز لە کارەکانم بێنم و گرنگی بەو نەدەم و هەر شتێك —بە ڕاستی مەبەستم هەر شتێکە— کە ئەو دەخاتەوە بیری من، پاك کەمەوە. ئەمە تەنیا ڕێگایەك بوو کە دەمتوانی بەهۆیەوە بیر لە ئەو نەکەمەوە.

شەوانێکی تاڵم تێپەڕاندن و بەردەوام لە خۆمم دەپرسی، تا کاتێك کە، سەرئەنجام، وەڵامەکەیم پەیدا کرد. ئومێدەوارم ئێوەش وەك من بە زوویی وەڵامەکەی پەیدا بکەن.

تا کەی دەتانەوێت ژیانتان بکەنە قوربانیی گەڕانەوەی کەسێك کە بڕیار نییە هیچ کاتێك نرخ و ڕێزی تۆ بزانێت؟

ئەم پرسیارە لە خۆتان بکەن و ڕاستگۆیانە وەڵام بدەنەوە. تەنیا کەسێك کە ناتوانێت درۆ بکات، خۆتانن، هەڵبەت ئەگەر ڕاستگۆیانە وەڵام بدەنەوە.

کاتێك کە پیاوێك بە ڕاستی مەیلی ئەوەی هەیە لەگەڵتاندا پەیوەنیی هەبێت، تەواوی ئەو شتەی کە شیاوین، بە ئێوەی دەدات. ئەگەر وا بڕیارە بۆ هەبوونی شتێك لێی بپاڕێنەوە، ئەوا پیاوێکی گونجاو و لەبەردڵان نابێت بۆتان. پێشتر چەندەها جار ئەم قسەیەتان بیستووە. تەنیا بە هۆکاری منداڵانە و بچووك ناتوانن ئەو لە بیرکردنەوەی خۆتاندا بگونجێنن. ڕەنگیشە ئەم جارە لە مێشکتاندا بڕوات.

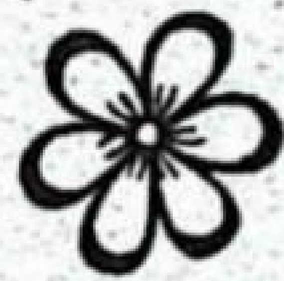
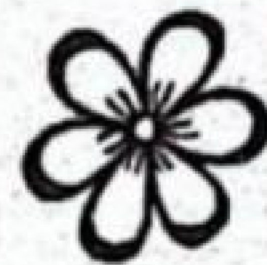
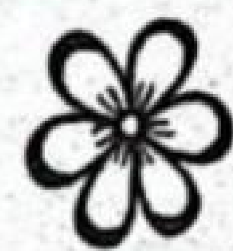
ئەگەر دوودڵن و یان پاکانە بۆ هەڵسوکەوتەکانی ئەو دەکەن، کێشەی سەرەکی خۆتانن کە ناتوانن چارەسەرێك بدۆزنەوە.

هەموو ئەمانەم وتن تا بڵێم گەورەترین کێشەی من ئەمە بوو کە بۆ لای پیاوێك دەگەڕامەوە کە هەمیشە دڵی دەشکاندم. دەمزانی کارەکەم هەڵەیە، ئەو کەسێکی گونجاو نەبوو بۆ من، بەڵام شتێك لە دەروونمدا دەیوست ئەو تێبگات لەوەی کە من بۆ ئەو چەندە کەسێکی تێگەیشتووم و ئەمەش بە تەواوی خاڵی شکست و لاوازیی من بوو. شتێکم دەویست کە ئەو بە هیچ جۆرێك نەیدەویست، بەڵام خۆمم لێ گێل دەکرد، لەبەر ئەوەی نەم دەویست ڕووبەڕووی ڕاستی ببمەوە.





ئەو هەڵەیەی کە من تێی کەوتم، ئێوە دووبارەی مەکەنەوە. نرخی ئێوە زیاترە لە هەڵکردن لەگەڵ کەسێکدا کە قەدرتان نازانێت.

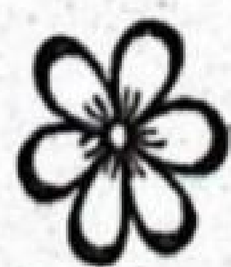
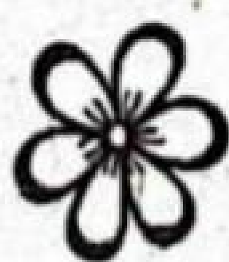
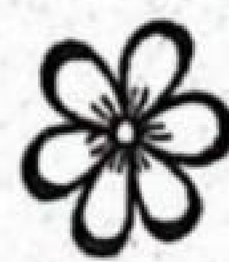
  

وێرانکاری (دەستپێکێکی دووبارە)

دەستپێکی دووبارە



ڕۆژێك هات کە تێگەیشتم من چەندە بە بچووکی و کەمنرخیی خۆم ڕازی بوومە. من شایەنی ئەوە بووم لەگەڵ کەسێکدا بم کە ڕێزی زۆرم لی بگرێت و شایستەی ئەوە بووم کە پەیوەندی لەگەڵ کەسێکدا دروست بکەم کە ئەم پەیوەندییە ڕێگری لە پێشکەوتنی دەکات. پێویستیم بە کەسێك بوو کە مەترسی لە ئەشقدا قەبووڵ بکات، نەك ئەوەی کە بیەوێت لە ئەشق ڕابکات. زۆر بۆم گرنگ بوو کە ئەو کەسە چەندێك خواستی ئەوەی هەیە لەگەڵ مندا بێت و قوربانی بدات یان ئەوەی بتوانێت لە ژیانی خۆیدا من بخاتە پێش هەر شتێکەوە. ئەمە ئەو کەسەیە کە من سوورم لەگەڵ ئەودا بم، نەك کەمتر.

لەگەڵ ئەوەی بڕوامان بەوە هەیە کە شتێک بە ناوی ئەشقی واقعی لە دونیای دەرەوەدا بوونی هەیە، بەڵام هەندێك جار بۆ ئایندەی ڕۆشنی خۆمان لەگەڵ پیاوێکدا کە دەتوانێت هاوڕێی هەمیشەیی و هاوسەری داهاتوومان بێت، تەگەرە دروست دەکەین.

چەندین جار گورزتان بەر کەوتووە، هەر جارێك و هەر کاتێك درۆ دەبیستن چیتر وەك ئەوەی پێشتر دەتانتوانی متمانە بەکەسێك بکەن، ناتوانن متمانەی پێ بکەن. ڕێگە بە کەس نادەن کە زۆر لێتانەوە نزیك بێتەوە، لەبەر ئەوەی دەترسن شکست بێنن، من لێتان تێدەگەم.

بە هیچ جۆرێك کارێکی سادە نییە لەگەڵ کەسێکی نوێدا ئاشنا بین. تەنانەت هەندێك جار کەمێك دەترسین، چونکە وا بیر دەکەینەوە ئەو کەسە نوێیەش دەیەوێت فریومان بدات و لە کۆتاییدا ڕۆژێك دێت وەك ئەوانی دیکە یاری بە هەستەکانمان دەکرێت.

هەموو پیاوەکان وەك یەك نین.

دەبێت لەوە تێگەیشتبن کە هەمووی پیاوەکان لە دونیادا خراپ نین. پیاوانێکی زۆر باشیش لە دونیادا بوونیان هەیە کە وەك من و ئێوە چەندەها جار گورزیان بەر کەوتووە و ئەوانیش وا بیر دەکەنەوە ژنی باش لە دونیادا بوونی نییە، هەر لەبەر ئەوە، ئەوانیش هەڵە تێگەیشتوون.

ئێستا پرسیاری سەرەکی ئەمەیە چۆن لەگەڵ کەسێکی تردا بەبێ ئەوەی دڵمان پارچەپارچە بکات، مۆڵەت بدەین بیناسین و متمانەی پێ بکەین؟ بەداخەوە هیچ ڕێگەیەك بوونی نییە تا بمانەوێت ڕوونی بکەینەوە.

تەنیا دەبێت شانسێکی دیکە بە ئەشق بدەین.

ڕەنگە لەبەرخۆتانەوە بڵێن: خاتوو سوسا، ئەم قسەیە بە دەم خۆشە. کاتێك دەڵێین تەنیا ڕێگای ناسین ئەمەیە کە شانسێکی دووبارە بە کەسێکی دیکە بدەین و قسەکانی ئەو قەبووڵ بکەن، تەواو بە جدی قسە دەکەم. شتێك کە لە تەواوی ئەم ساڵانە لە ژیانمدا زۆر بۆم ڕوون بووە، ئەویش ئەمەیە کە کاتێك فێر بوون دووبارە خۆتان بە ڕاستی خۆش بوێت، کەسانی دەوروبەرتان دەگۆڕێن.

ئیتر بە کەسانی ناشایستەوە نانووسێن، لەبەر ئەوەی لەگەڵ خۆتاندان هەست بە ڕەزامەندی و متمانە دەکەن و بە ئەندازەیەك خۆتانتان خۆش دەوێت کە ڕێگە نادەن کەس نرخی ئێوە کەم کاتەوە. بەم شێوازە بیر لە نزیکیی کەسێك دەکەنەوە کە وەك خۆتانە، چ هاوڕێتان بێت یان دەزگیران، چیتر وا هەست ناکەن کە لەم پەیوەندییە نوێیەدا سەرکێشیتان کردووە و تووشی هەڵە بوون.

ئەگەر هێشتاش بەم جۆرە بیر دەکەنەوە کە وا بڕیارە ڕۆژێك ئەو گورز لە ئێوە بدات، هێشتاش جێبرینەکەتان بە تەواوی سارێژ نەبووە و هەر هەوڵ دەدەن کە دیوارێك هەڵبچنن تا هیچ کەسێك لێتانەوە نزیك نەبێتەوە و بە هیچ کەسێك مۆڵەتی ئەوە نادەن پێتان ئاشنا بێت.

لەبەرانبەردا، خۆتان لە پشتی ئەو دیوارەوە شاردووەتەوە بەو باوەڕەوەی کە ئەگەر ڕێگە بە کەسێك بدەن لێتانەوە نزیك بێتەوە، ئەویش هەمان ئەو کارەتان لەگەڵدا دەکاتەوە کە کەسی پێشوو کردوویەتی.

واز لەوە بێنن کە شەق لە ئایندەی خۆتان بدەن و دەست بە ژیان بکەن. کاتی ئەوە هاتووە کەسانێکی گەمژە کە خراپ مامەڵەیان لەگەڵدا کردوون، لە بیر بکەن و یەکجار بۆ هەمیشە دۆخی خۆتان نوێ بکەنەوە.

ئەگەر بە کەسێکی نوێ مۆڵەتی ئەوە نەدەن لەگەڵتاندا ئاشنا بێت، ئەسڵەن تێناگەن کە چ کەسێك لەدەست دەدەن. ڕەنگە ئەو لەگەڵ ئەو کەسەی کە پێشتر پەیوەندیتان لە گەڵیدا هەبووە بە تەواوەتی جیاوازبێت و ڕەنگە ئەم جارە پەیوەندییەکی باشتان نیشان بدات؛ هەمان ئەو شتەی کە چاوەڕوانیتان دەکرد.

ئەگەر لە هەوڵی ئەوەدان لە هەمان ئەو ڕابردووەدا بمێننەوە، تەواوی پەیوەندیی داهاتووی خۆتان لەگەڵ هاوسەرگیرییەکەی ڕابردووتاندا بەراورد دەکەن و بۆ هەمیشە لە ڕابردوودا دەمێننەوە.

لەم ساڵانەدا، زۆر بیانووی جوانم دەهێنایەوە کە بۆچی ژنێکی جوان و خوێنەواری وەك من دەبێت تەنیا بێت و هاوسەرگیری نەکات. شتێك لە ناخمدا وای دەکرد کە شەرم بکەم بڵێم ناتوانم لەگەڵ پیاوێکی گونجاودا ئاشنا بێت، هەر ئەوەندە.

تەنانەت هاوڕێیانێکیشم هەبوون کە بارودۆخیان بە تەواوی وەك هی من بوو و لە هەر شتێکدا کە دەموت، هاوڕام بوون، لە کاتێکدا کە وا بیرمان دەکردەوە لە دونیادا هیچ پیاوێکی ڕاستگۆ بوونی نییە.

بیانووی لێکچوومان دەهێنایەوە لەسەر بنەمای ئەوەی کە هەموو پیاوان تەنیا خواستی پەیوەندییەکی کاتییان هەیە و من بەلای هیچ کەسێکەوە سەرنجڕاکێش نیم و تەنیا بەکەڵکی خۆم دێم.

درۆ لەدوای درۆ، درۆ...

ئەم بیرکردنەوە وێرانکەرانە، ڕەنگە هەر جۆرە ئومێدێک بۆ پەیداکردنی پیاوێکی گونجاو و نموونەیی لەناو ببات.

خۆم دەمتوانی پارێزگاری لە خۆم بکەم. دەترسام ئەگەر کەسێکی تازە بناسم، هەمدیسان گورزم بەر بکەوێتەوە. دەترسام دووبارە ئاشق ببم، نەزانانە بدوێم، دەترسام.

نەمدەویست ئەشقێك بۆ خۆم پەیدا بکەم. دەمویست بەردەوام بم لە بیانووهێنانەوەدا، بێجگە لەمە، هۆکارێك نەبوو تا لەگەڵ کەسێکی نوێدا ئاشنا ببم و بەم جۆرە لەگەڵ خۆمدا درۆم دەکرد و بیانووم دەهێنایەوە کە هیچ پیاوێکی شیاو لە دونیادا بوونی نییە و تەنیامانەوە باشترە لەوەی کە جارێکی دیکە دڵم بشکێتەوە، ئیدی ئەمە ڕێگەی ژیانی من بوو.

دەمزانی ئامانجم تەنیا ئەوەیە کە دووبارە گورزم بەر نەکەوێتەوە، بەڵام دەبوو لەگەڵ ئەم حەقیقەتەدا ڕووبەڕوو ببمەوە کە ئەشق هەندێ جار زیان دەگەیەنێت و هەمیشە بەو جۆرە نییە کە تۆ دەتەوێت. ئەشق هەمیشەش هێندە ئاسان نییە و هەندێك جار ئینسانەکان بە خراپترین جۆری نائومێدی دەگەیەنێت.

ئەشق وەک چۆن هەندێك جار دەتوانێت تەنگژەیەکی گەورە بێت، هەر واش دەبێتە هۆی ئەوەی بەهیوای دەستەبەرکردنی داهاتوویەکی باشەوە، واز لە ڕابردووت بهێنیت.

بۆ ئەوەی بتوانیت پەیوەندییەك دروست بکەیت کە ئەم جارە سەرکەوتوو بێت، سەرەتا دەبێت خۆت بە باشی بناسیت و دڵنیا بیتەوە کە برینی ڕابردووت سارێژ کراوە. هەر بەو حاڵەتە ڕۆحییەوە کە پێشتر هەتبووە، ناتوانیت پەیوەندییەکی نوێ ببەستیت.

هۆکارێکی دیکە کە پەیوەندییەکانی خەڵکی خراپ دەکات، ئەوەیە کە دەیانەوێت وای نیشان بدەن هەموو شتێك باشە و ئەمەش وەك حاڵەتێکی بەرگری وایە کە ئێمە دروستی دەکەین بۆ ئەوەی تێگەیشتنێکمان لەبارەی ئەشقەوە هەبێت، لە کاتێکدا کە تا ئێستا ئەشقمان ئەزموون نەکردووە. هەموو شتێك زۆر خێرا، ئاسایی و هەرڕۆژە دەبێت و لە ئەنجامدا ئارامی و ئاسوودەیی لە دەروونتاندا درزی تێ دەکەوێت.

سنووورداری بە جۆرێك لە جۆرەکان دەستپێکی خۆسەپاندن بەسەر یەکتردا دەبێتە هۆی ئەوەی کە هەردووك لا لەبارەی ئەوەی کە دەتوانن چ کارگەلێك بکەن و توانای ئەنجامدانی چ شتانێکیان نییە، هەست بە سنووورداربوون بکەن.

لە کۆتاییدا، ئەو وێنەیە دروست دەبێت کە ئێوە هیچ متمانەیەکتان بە ئەو نییە و بەردەوام دەتانەوێت بزانن هاوسەرەکەتان لە تەواوی ڕۆژەکەدا سەرقاڵی ئەنجامدانی چ کارێکە. زەرەری ئەم هەڵسوکەوتە نەشیاوە ئەوەیە کە سەرئەنجام خۆتان دەبنە خراپترین دژمن

بۆ خۆتان و پەیوەندییەك تێك دەدەن كە ڕەنگبوو بیتوانیبا كاریگەری لەسەر واقعی ژیانتان هەبێت.

كاتێك توانیت قەبووڵی بكەیت كەسێكی دڵخواز و هەستیاریت، ئەو كاتەیە كە دەتوانیت میوانداریی ئەشقێكی ڕاستەقینە بكەیت. شتێك بە ناوی پەیوەندییەكی كامڵ و بێخەوشەوە بوونی نییە، كەوایە بۆچی خۆت تووشی ئەم دوودڵییە دەكەیت كە دەبێت ئەشقێكی تەواو بێخەوش و ڕاستەقینە پەیدا بكەیت؟

هەرچەندە هەوڵ بدەن بەدوای پەیوەندییەكی تەواو بێخەوشدا بگەڕێن، بۆتان قورسترە بە كەسێك ئاشنا ببن كە ئەویش ئێوە بە كەسێكی تەواو و بێخەوش بزانێت.

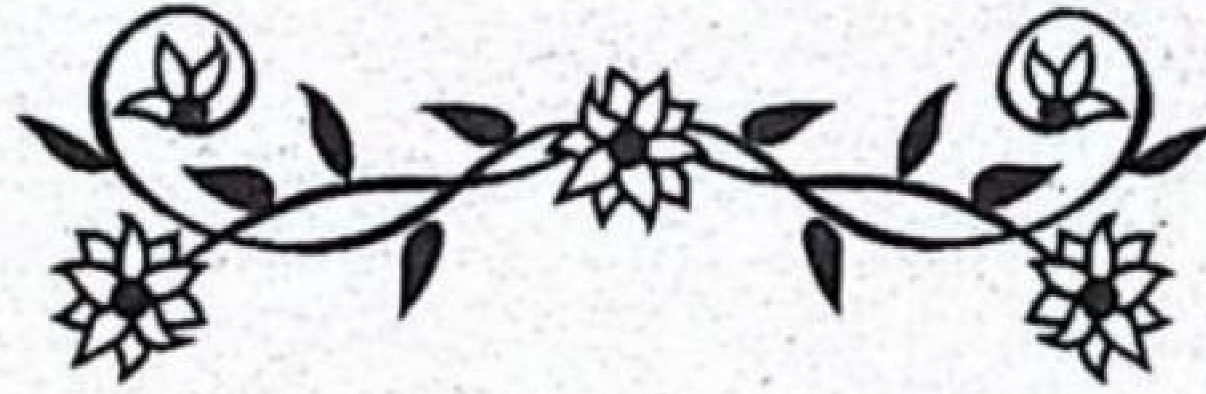
ڕێ بە خۆتان بدەن لەگەڵ كەسێكی نوێدا ئاشنا ببن، ڕێگە بە خۆتان بدەن جارێكی دیكە كەسێك بێتە ناو ژیانتانەوە، ڕێ بە خۆتان بدەن كە بتوانن پێویستییەكان و خواستەكانتان بە ئاسوودەیی ئاشكرا بكەن.

ئەگەر بڕواتان وایە كە لە ژیانتاندا شایەنی كەسێكی باشترن، ئەوان لە كۆتاییدا ڕۆژێك هەر پەیداتان دەكەن، بەڵام ئەگەر هەر وا بمێننەوە و بڕواتان وا بێت بە ڕادەیەكی تەواو كەسێكی گونجاو نیت، ئەوا بەرەو پیاوانێكی ناشایستە هەنگاو دەنێن. هەمان ئەو وێنایەی

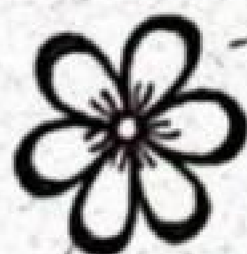
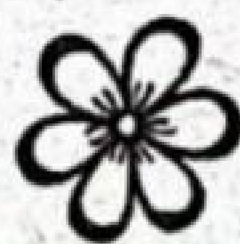
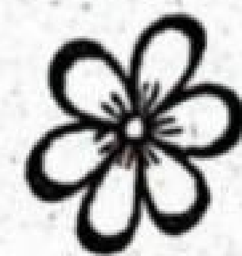
لەبارەی کەسایەتی خۆتانەوە هەتانە و هەر بەو جۆرەی کە ئێوە خۆتان دێتە بەرچاو، دەتوانێت لە بەدەستهێنانی ئامانجەکەتاندا هاوکاریتان بکات، هەر یەك لە ئێوە دەرفەتێکی گونجاو و باشی لە ژیانیدا بۆ دروست دەبێت، بەڵام لەبەر ئەوەی کە وا بیرتان کردووەتەوە کە ئەم کەسەش هەر وەك کەسی پێشو وایە، لەدەستتان داوە.

ئەگەر مۆڵەتێکی دیکە بە ئەشق نەدەن، هەرگیز لەوە تێناگەن کە ئەشقی ڕاستەقینە چ کاتێك دەبێتە نسیبی ئێوە.

ئازادیان بکەن تا بتوانن هەناسەیەک هەڵکێشن



ڕۆژێك کە تێدەگەیت تەواوی ئەو ئازارەی کە بەرگەیت گرتووە و ئەو گورزەی کە بەرت کەوتووە، بێ هۆ بووە (لەبەر هیچ بووە) و ئەو شکانانەی کە بەرگەیانت گرتووە و کەسانێکی نەشیاو کە بە درێژای ژیانت لەگەڵیاندا ئاشنا بوویت، بێسوود بوون، چونکە ئەشق لەگەڵ کەسێکی باشتردا ئەزموون دەکەیت. تۆ چیتر نابیتە گەمەی دەستی هیچ کەسێك، چیتر کەس یاری بە هەستەکانت ناکات، کێشەگەلێك کە بەهۆی کەمی متمانەوە دروست بوون، ئیتر بوونیان نابێت، چونکە ئەو کەسە نیشانت دەدات کە ئەشقی ڕاستەقینە چییە. ئەوان بەڵێن و پەیمانی درۆت پێ نادەن و چەند مانگێك دواتر ناگۆڕێن، چونکە ئەوان خۆیان و کاتیان بە ئێوە دەبەخشن. ئایا هەر بە ڕاستی وا بیر دەکەیتەوە کە لە حەوت ملیار کەسی سەر زەوی کەسێکی گونجاو و شیاوی ئێوەی تێدا نییە؟

ئازادبوون، یەکێکە لە خراپترین هەستەکان کە دەبێت ئەزموونی بکەن. دەردێکی بەگێرەوکێشەیە کە وا دەزانیت بڕیارە ئەم دەردە بۆ هەمیشە درێژە بکێشێت. ئازار ئەم کاتانە دڵتان دەشکێنێت، جەستەتان گورزی بەر دەکەوێت، وا هەست دەکەن کە دڵتان دەیەوێت بمرن.

هەست دەکەن هەناسەتان دەگیرێت، چونکە بەبێ ئەو، ناتوانیت هەناسەش بدەیت.

وا هەست دەکەیت کە بێ ئەو کەسە ناتوانیت بژییت، چونکە زۆر هۆگری بوویت. سەیری هەر لایەك دەکەیت و بیر لە هەر شتێك دەکەیتەوە، ئەو بە تەواوی دەستی بەسەر بیر و مێشکتدا گرتووە. بە هەر لایەکدا ئاوڕ دەدەیتەوە، وا دەزانیت ئەوت بینیوە. هەر پیاوێك لە تەنیشتتانەوە تێدەپەڕێت، هەست بە بۆنی عەترەکەی ئەو دەکەن.

بیرمە جارێك بە ڕادەیەك گریابووم کە سەرینەکەم تەڕ بووبوو، ناچار سەرینەکەم لەسەر جێگاکەم دوور خستەوە و ڕۆشتمە سەر جێخەوەکەم، پێم وا بوو کە بەلای هیچ کەسێکەوە گرنگ نییە حاڵم چۆنە، هاوڕێیان و خێزانەکەم دەیانوت گشت شتێك باش دەبێت و هەموو ئەوەی کە دەمتوانی بە خۆمی بڵێم، ئەوە بوو کە بڕیار نییە هیچ شتێك باش ببێت، چونکە ئیتر بڕیار نییە ئەو لەلام بێت.

بەرنامەگەلێك كە بۆ ئایندەتان پێكەوە داتاننابوو و ئەوەی كە چۆن نەتانتوانی بۆ هەمیشە پێكەوە بمێننەوە، بە تەواوی مێشكتان گیرۆدەی بیركردنەوە دەكات.

نابێت خەم بخۆیت، نابێت وا هەست بكەیت ناڕەحەتیت، بەڵام تەواوی ئەو كارەی ئێستا خەریكە ئەنجامی دەدەیت، ئەمەیە كە وا بیر دەكەیتەوە دەكرا چۆن بووایە.

هەر خولەكێك لە ڕۆژدا، لەم بابەتە تێ دەفكریت كە دەتتوانی بۆ گۆڕینی ئەو زۆر كار بكەیت، بۆ نموونە خۆزگە ئەم كارەم دەكرد، ئەگەر ئەو كارەت بكردایە، چی دەبوو؟ مێشكت بەردەوام بۆ ڕابردوو دەتگێڕێتەوە و لە خۆت دەپرسیت بۆ ئەوەی دۆخەكە بەم جۆرەی لێ نەهاتایە، دەبووایە چۆن هەڵسوكەوت بكەن.

ڕۆژانی سەرەتا بەشێكن لە سەختترین ڕۆژەكان، لەبەر ئەوەی هەست گەلێكی جیاواز ئەزموون دەكەیت، تووڕە دەبیت و دواتریش نیگەران، دووبارە خۆشحاڵ دەبیت تەنانەت ڕەنگە بۆ قاپێك بەستەنیش بگریت. بە دژواری خەو دەتباتەوە، چونكە تەواوی شەو سەرقاڵی بیركردنەوەیت. تەواوی بیرەوەرییەكان لە مێشكتدا دێن و دەچن وەك ئەوەی كات زۆر بە هێواشی تێپەڕ دەبێت.

لە ناخی دڵتەوە هەست دەکەیت ئیتر هەرگیز بڕیار نییە خۆشحاڵ ببیت، چونکە ئەو کەسێك داگیری کردووە. هەست دەکەیت چیتر کەست خۆش ناوێت، چونکە لە کاتێکدا کە وەفات بۆ ئەو هەبووە، ئەو دڵتی شکاند.

ناتوانیت ئەوە قەبووڵ بکەیت کە وزەی خۆت بۆ کەسێك سەرف کردووە کە ڕۆشتووە و هەر ڕووداوێك کە بۆت هاتووەتە پێش، واقعییە. ئایا بە ڕاستی ئەو ڕۆیشتووە؟ ئایا بۆ هەمیشە لە ژیانتاندا چووەتە دەرەوە؟ چۆن دەتوانێت بەبێ تۆ و بە تەنیا حاڵی باش بێت؟ ئایا چیتر تۆی خۆش ناوێت؟

ملیۆنان پرسیار مێشکتی داگیر کردووە و ژیانت تێك دەدەن و لە هەمان کاتدا ئومێدەواریت و نزا دەکەیت کە بەشکوم شتێك بگۆڕێت، بۆ نموونە ڕۆژێك لە خەو بەئاگا بێت و تێبگات کە هەڵەی کردووە و تێبکۆشێت دۆخەکە باشتر بکات، بەڵام ئەمە هەرگیز ڕوو نادات. وا بیر دەکەیتەوە باشتر وایە بچیتە دەرەوە، بەڵام پێت وایە لەو کاتەی کە لە دەرەوەیت ڕەنگە ئەو پەیوەندیت پێوە بکات. دەنگێك لە دەروونتدا داوات لێ دەکات چاوەڕێی بیت و ئارام بگریت، ڕەنگە هەڵسوکەوتی بگۆڕێت. خۆت بەدەستەوە دەدەیت بە ئەو ئومێدەی ئەو بەرەو ڕووت هەنگاوێك هەڵبگرێت. زۆربەی کاتەکان بڕیار نییە ئەو پەیوەندیت پێوە

بکات، چونکە هیچ ئیشێکی پێت نییە. ئەگەر بیویستبا پەیوەندیت پێوە بکات، پەیوەندیی دەکرد.

دەنگێکی دیکە لە دەروونتدا پێت دەڵێت دووبارە جڵەوی ژیانت بخەرەوە دەستی خۆت و بەهێز بە. ئەم دەنگە دەروونییە پێت دەڵێت کە لەپێناو خۆتدا بجەنگە، وەگەرنا هیچ کەسێك ئەم کارەت بۆ ناکات.

مەبەستم لەوەیە ناتوانیت تەواوی ڕۆژ تەنیا لە شوێنێکدا دابنیشیت و بیر لەوە بکەیتەوە کە دەتتوانی چ کارێك بکەبت و مێشکت گیرۆدە بکەیت. دەبێت واز لەم کارانە بهێنیت و چارەسەرێك بدۆزیتەوە، بەڵام دەتوانیت چی بکەیت؟

ڕەنگە ئەم بیرکردنەوەیەت بەلاوە خۆش بێت، چونکە دەزانم ئەم بیرۆکەیە ڕەنگە کۆتا ڕێگەیەك بێت کە دەتوانیت سوودی لێ وەربگریت. لە کۆتاییدا دەکەویتە بیری ئەوەی بۆچی لەگەڵ هاوڕێکانتدا نەچیتە دەرەوە، دواتر وێنە بگریت و لە لاپەڕەی تایبەتیی خۆت لە تۆڕی کۆمەڵایەتیی فەیسبووك یان ئینستاگرامدا دایانبنێیت. ڕەنگە ئەم کارەت بەو،ئەوی نیشان بدات کە تۆ بەبێ ئەویش دەتوانیت کاتی باشت هەبێت و تەنانەت ڕەنگە ئەو بیەوێت لەگەڵتدا بێت و کاتی خۆش بەسەر ببات. ڕاست دەڵێم، وایە؟ یان ئەوەی دەست بکەیت بە قسەکردن و چات لەگەڵ یەکێك لە هاوڕێکانیدا، ئەو ئیرەیی دەبات و خۆی پەیامت بۆ دەنێرێت. وا بیر دەکەیتەوە ئەم جۆرە پەیوەندییە

باشترە لەوەی کە هیچ جۆرە پەیوەندییەکت نەبێت، وایە؟ لەگەڵ ئەوەشدا دەزانیت تەواوی ئەم ڕێگایانە ڕێگاگەلێکی هەڵەن بۆ ئەوەی پەیوەندییەکی کۆتاییهاتوو دووبارە دەست پێ بکاتەوە.

بڕوا بە قسەکەم بکەن کاتێك دەڵێم ئەو کە لەگەڵ ئێوەدا کۆتایی بە پەیوەندییەکەی دێنێت، سەرقاڵی ژیانی خۆی دەبێت و بەهیچ شێوەیەك نیگەرانی ئەوە نابێت کە ئێوە گورزتان بەر کەوتووە و ئازار دەچێژن. دەزانم بیستنی ئەمە بەئازارە. زۆربەی پیاوانێك کە کۆتایی بە پەیوەندییەکەیان دێنن، بۆ خۆیان هۆکارێکیان نییە، لەبەر ئەوەیە هەر ڕووداوێك لەدوای ئەو ڕوو بدات، هیچ پەیوەندییەکی بە ئەوانەوە نییە، چونکە پەیوەندییەکەیان لەگەڵ تۆدا کۆتایی پێ هاتووە، کەواتە ئەگەر بگرییت، تەنات ئەگەر هاوار بکەیت، ئەگەر بە لەگەڵتۆبوون ڕازی نەبێت، هیچ شتێك بڕیارەکەی ئەو ناگۆڕێت.

تەنانەت گەر بتوانیت پەیوەندییەکی نوێ دەست پێ بکەیت و ئەوەش لە کەشێکی مەجازیدا نیشان بدەیت، دیسانەوە ناتوانیت بۆچوونی ئەو سەبارەت بە خۆت بگۆڕیت. هەرچەندە گەمژانەتر هەڵسوکەوت بکەیت و هەرچەندە زیاتر گرنگی بە ئەو بدەیت، زیاتر نیشانی دەدات کە تۆ نەتتوانیوە ئەو لە بیر بکەیت ز لە بنەڕەتدا دەبێتە هۆکاری ئەوەی تۆ وەك هەمان دەزگیرانەکەی پێشووی دەربکەویت کە توانای لەبیرکردنی ئەوت نییە.

خاڵێك كە لێرەدا هەوڵ دەدەم بە ئێوەی نیشان بدەم، ئەمەیە كە ئێمە، وەك ژن، دڵێكمان هەیە كە فیدای دەكەین، فیدای دەكەین و فیدای دەكەین تا كاتێك كە ئیتر شتێكمان بۆ لەدەستدان نەبێت. كاتێك پیاوێك ئێمە بەجێ دەهێڵێت، وا هەست دەكەین تەواوی ژیانمان كۆتایی پێ هاتووە، بەڵام ڕاستییەكە ئەوەیە كە ئێمە بە زیندوویی دەمێنینەوە.

تەواوبوونی ئەم پەیوەندیانە شتێكە كە هەر ڕۆژێك ڕوو دەدات، هەرچەندە تەواوبوونیان سەخت و بەئازارە، بەڵام لە كۆتاییدا بارودۆخەكە باشتر دەبێت. چەندین جار پەیوەندیم كۆتایی پێ هاتووە و هەر جارێك هەوڵم داوە دووبارە ژیانم بەدەست بهێنمەوە و هەوڵ بدەم بەهێزتر و باشتر ببم. ڕۆژانی سەرەتا هەست دەكەن كە كەم دڵتان پارچەپارچە دەبێت، بەڵام شتێك كە دەتوانم پێتان بڵێم، ئەمەیە كە ئەگەر ئارامیتان هەبێت، ڕۆژێك دۆخەكە باشتر دەبێت.

هەرچەند زیاتر خۆتان ئازار بدەن و لە خۆتان بپرسن كە بۆچی كۆتایی بە پەیوەندییەكە هێنا و بۆچی ئیتر پێكەوە نین و بۆچی كەسێكی خستووەتە شوێنەكەی ئێوە، كاتێكی زیاتری دەوێت تا برینەكەتان سارێژ ببێت.

بە هیچ جۆرێك پێتان ناڵێم كە ئەم دۆخە زۆر سەخت و بەسوێیە بە ئاسانی قەبووڵ بكەن و لەگەڵیدا بسازێن. ئەگەر ئامۆژگاریتان

بکەم کە بەم جۆرە بن، ئینسانێکی زۆر بێهەستم، بەڵام مەبەستم لەوەیە کات و وزەی خۆتان لە شتانێکی باشی دیکەی ژیانتاندا بەسەر بەرن.

کات لەگەڵ خێزانەکەتاندا بەسەر ببەن، بڕۆنە هۆڵی وەرزشی، لەگەڵ هاوڕێکانتاندا بچنە گەشت، بە خولەك بژین و هیچ خولەکێك لەدەست مەدەن، چونکە ئەو بە دڵنیاییەوە نیگەرانی ئەوە نییە کە ئاخۆ ئێستە دۆخی ئێوە چۆنە.

ئەمە زۆر ئاساییە کە ئێوە هەستیار بن و ئەو ئازارە قبووڵ بکەن، چونکە هیچ کەسێك چاوەڕوانیی ئەوەتان لێ ناکات خۆڕاگر و دژەگوللە بن، هەر بۆیە ئەگەر کاتێك لە دەرەوە دەست بە گریان دەکەیت، ئەوا بگری و زۆر زیاتر بگری. هیچ هەستێك باشتر نییە لەوەی کە هەست بکەیت بەتاڵ بویتەوە و ئەمە شتێکە کە بە ڕاستی ئێمە پێویستمیان پێیەتی. تەنیا دەتەوێت کەسێك لەگەڵتدا هاوسۆزی بکات و گوێ لە قسەی دڵە شکاوەکەت بگرێت، هەستێکی باشە کاتێك بزانیت کەسێکی دیکەش وەك تۆ بووە و لەم دەردەدا گیانی بە سەلامەتی ماوەتەوە، کەواتە تۆش بە زیندوویی دەمێنیتەوە.

لە ئەزموونەکانی ڕابردوومدا دەتوانم ڕاستگۆیانە پێتان بڵێم کات تەها ڕێگایەکە بۆ لەبیرکردنی ئەو کەسە دەتوانێت هاوکاریتان بکات.

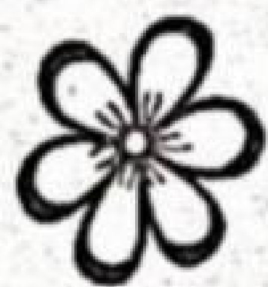
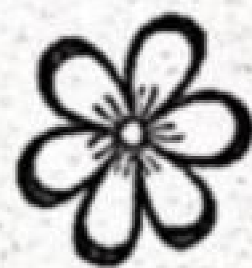
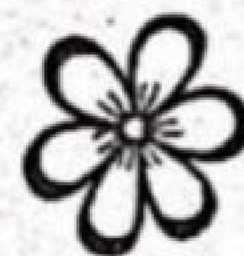
ئەگەری ئەوە هەیە کەسانێك پێتان بڵێن هەوڵ بدەن لەگەڵ کەسێکی نوێدا ئاشنا ببن یان ئەوەی کە لە سایتی دۆزینەوەی هاوڕێ و هاوسەریدا ببنە ئەندام، بەڵام کات تەها شتێکە کە هاوکاری دەکات تا ئازارەکەتان کۆتایی پێ بێت.

بێ گومان بە تێپەڕبوونی کات، سەرئەنجام ڕۆژێک واز لەوە دەهێنن کە بزانن ئاخۆ ئێستا ئەو حاڵی چۆنە یان ئێستا لەگەڵ چ کەسێکدا پەیوەندیی هەیە، چونکە ئیدی زۆر سەرقاڵن و خەریکی ئامانج و پێشکەوتنی خۆتانن، خواستەکانتان لە ژیاندا لە زۆربووندان و دەست بۆ خەون و ئاواتگەلێک دەبەن کە هەر شتێك ئەوتان بهێنێتەوە یاد، تەنیا وەک بەشێک لە ڕابردوو لێی دەڕوانن.

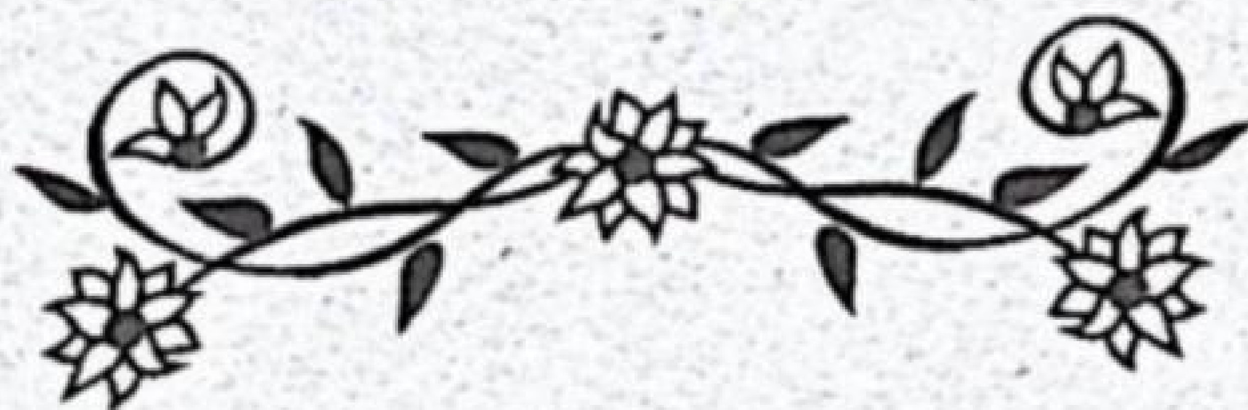
چەندین جار لە ئەشقدا شکستم هێناوە و هەر جارێك ساڵانێکی زۆری دەویست تا بێمەوە هۆش خۆم، بەڵام لە کۆتاییدا، هەمیشە هەوڵم دەدا بیر لە شتی باش بکەمەوە و ڕووداوە ناخۆشەکان لە بیر بکەم.

هەمووومان پێکەوە جیاوازیگەلێکمان هەیە، بۆیە گرنگ نییە چەند درێژە بکێشێت تا کەسێك لە بیر بکەین و بێینەوە هۆش خۆمان، تەنیا ئاگادار بن بۆ کەسێك کە تەنانەت ئامادە نییە شەوێك لەبەر ئێوە خۆی لە نووستن بکات، خەوی خۆتان مەزڕێنن و بە بێداری مەمێننەوە.

لە یادتان بێت کە حەوت ملیارد کەس لە جیهاندا بوونی هەیە، کەوایە ئێوە تەنیا کەسانێک نین کە توشی شکست بوون و دڵتان شکاوە، ئێوە تەنیا کەسانێک نین کە دەگرین. فەرامۆشی بکەن تا ئازاد بن. دووبارە کاتی ئەوە هاتووە کە هەناسەیەك هەڵبمژن. سەرکەوتنی نوێ چاوەڕوانی ئێوەیە.

هەڵەکانم بۆم بوونە وانە



هەڵەکانم منیان کردە ئەم ژنەی ئەمڕۆ، ژنێکی بەهێز، ڕاشکاو و بەئەزموون کە نرخی خۆی دەزانێت. لە دیدی ئەودا من ئیتر ئەو ژنە لاوازە نیم، ئیتر ناترسم پیاوێکی نەشیاو منی خۆش بوێت.

کاتێک تەمەنم کەمتر بوو، وا بیرم دەکردەوە کۆنترۆڵکردنی بەردەوامی ئەو لە پەیوەندیدا کارێکی دروستە. هیچ کاتێک چاوم لەسەری هەڵنەدەگرت و هەر هەنگاوێکی دەنا، چاوم لەسەری بوو و ئەمەش ڕێگایەک بوو کە پیاوێکی گونجاو بەدەست بهێنم. کردنی تەواوی ئەم کارانە، بەدبەختییان بەدوادا هات و بوونە هۆی ئەوەی ساڵانێکی زۆر لە تەمەنم بەفیڕۆ بدەم. ئەمە پەیوەندییەکی دروست نەبوو. بیرم لای هەر هەنگاوێک بوو کە دەهینا و ئەم کارەی من زیاتر لە چاودێریکردنی باخچەی ساوایان دەچوو.

تا زیاتر گەورە بووم، باشتر تێگەیشتم کە هەرچیم بەسەر هاتووە، وانەیەکی گرنگی پێ داوم و هاوکاریی کردووم تا لەگەڵ کەسانێکی

باش و شایستەدا پەیوەندییەکی توندوتۆڵتر و بەئامانجتر بسازێنم، لەو جۆرە پەیوەندیانەی کە هەمیشە ئارەزوویان لە سەرمدا هەبوو، پەیوەندییەك لە جۆری هاوسەرگیری و هەبوونی هاوسەر، پەیوەندییەك لە جۆری بوونی کۆمەڵێك هاوڕێی بەنرخ. لە کۆتاییدا زانیم چ هەستێکی خۆشی هەیە هەبوونی کەسانێك کە بۆیان گرنگم، بەراورد بەو کەسانەی کە تەنیا بایەخیان بەوە دەدا چۆن بۆ ڕابواردن و خۆشیی خۆیان بەکارم بهێنن.

هەروەها فێر بووم کە ئەگەر هەندێك جار ئینسانەکان کەمێك لێک دابڕێن، گرفتێك نایەتە پێشەوە. ئەم دابڕانە دەتوانێت لە لایەن ئێوەوە بێت یا هاوسەرەکەتانەوە. ڕەنگە هێشتا یەکترتان خۆش بوێت، بەڵام هەندێك جار مرۆڤ پێویستیی بە کات و بۆشاییەکە تا بتوانێت کێشەکان چارەسەر بکات.

لەژێر ناوی ئەشقی هاوبەشی ژیانتاندا، دەبێت ئەوەندە ئەو کەسەتان خۆش بوێت کە بتوانن کات و بۆشاییەك کە ئەو پێویتیی پێیەتی، پێی ببەخشن و ئەمەش بە مانای ئەوە نایە ڕەنگە دووبارە بتوانن پیکەوە بن، بەڵام مانای ئەوەش ناگەیەنێت کە ئیتر ناتوانن پێکەوە بن.

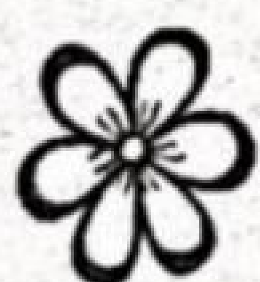
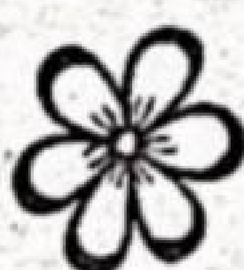
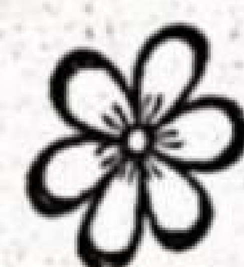
گەشەکردن و بەرەوپێشچوونتان لە خودی خۆتانەوە دەست پێ دەکات. هەمیشە ئەوە خۆتانن کە لەبەرانبەر ئایندەی خۆتاندا

بەرپرسیارن. ئەگەر لە بیری ئەوەدان باشتر هەڵسوکەوت بکەن، بە تەواوی و بێ دوودڵی دەبێت وا بکەن.

ئەگەر دەتانەوێت لە هەمان دۆخی ناخۆشی ڕابردوو و(لەگەڵ هەمان ئەو ئەشقە ژەهراوییەدا بمێننەوە، هەمان شت دێتە پیشەوە. ئەوە خودی ئێوەن کە دەتوانن گۆڕانکاریی ڕیشەیی و پێویست بە مەبەستی باشتربوونی بارودۆختان بکەن. هەموو شتێك لە خۆتانەوە دەست پێ دەکات، ئەمەتان لە بیر بێت.

سەرکەوتنی نوێ لە چاوەڕوانیی ئێوەدایە.

بەردەوامە...

بڵاوکراوەکانی ناوەندی ڕەها

ژ	ناوی کتێب	ناوی نووسەر
١	ئیسلام یان ئیلحاد	و/ ئەیاد نادر
٢	جوانتر بیربکەوە	سبحان سەید
٣	دێڕی نامەکان	تەنیا محەمەد
٤	کچی کافرۆش	هێدی سەلیم
٥	هونەری جەنگ	ن/ سون تزو و/ نیاز مەستی
٦	پیانۆ	ن/ ڕۆزمێری بۆردەر و/محمد جەمیل عەلی
٧	عاشقانە دێم	زامدار قادری
٨	چیرۆکی ڕەوشتە باڵاکان	محمد کەریم حاجی
٩	ئایا دەکرێ خوێن درووست بکرێ؟	ئەحمەد محەمەد نەقاش
١٠	پوختەیەك لە ژیاننامەی زانا و پیاوچاکانی کورد	زانا قەرەداغی
١١	ستیڤ جۆبز کێ بوو؟	ن/ پام پۆڵا جك و مەگ بەلفسۆ و/ ڕەوەند حەکیم
١٢	بەختەوەرترین ئافرەت لە جیهاندا	ن/ عائض القرني و/ نیاز مەستی
١٣	پوختەیەك لە ژیانی عەلی کوڕی حوسێن (زین العابدین)	عبدالرحمن محمدامین
١٤	ماهی نوورین	هێدی سەلیم
١٥	ئەبولحەسەنی ئەشعەری (قوتابخانە کەلامی و فەلسەفییەکەی)	عەدنان ئەمین
١٦	ئەتەکێکی قسەکردن	ن: د: ئیهاب فکری و/ دەشنێ تالیب شوانی
١٧	١٠١ کۆدی بەرپەرۆسا	ن/ جیهاد الترباني و/ ئەحمەد حمدامین مەنتك

١٨	فیقهی سانا	خ.ڕەشید ڕەحیم نیاز مەستی
١٩	لابردنی گومانەکان لەسەر ناهەنگگێڕان بە بۆنەی یادی لەدایکبوونی پێغەمبەرمان	م. جاسم کەرکووکی
٢٠	لا يأتيه الباطل	ن/ محمد سعيد رمضان البوطي و/ محەمەد مەلا سعدالدین
٢١	١٠١ چیرۆکی سەرسوڕهێنەر	ڕەوەند حەکیم
٢٢	ئامۆژگاری باوکێك بۆ ڕۆڵەکەی	ن/ ئەشرەف عوسمان و/ ئەیاد فەهمی
٢٣	تاوانە دەروونییەکان	ن/ محمد سعيد رمضان البوطي و/ عومەر ڕێشاوی
٢٤	بەیانی جوانتر دەبێت	ن/ عبدالله المغلوث و/ موحسین ئەمین
٢٥	گەورە بژی	ن/ کەریم شازەلی و/ نێچیروان جاسم وەلی
٢٦	پەروەردەی ژیرانە	ن/ کەریم شازەلی و/ هندرێن هەژار
٢٧	درەختی گەردوون	ن/ محی الدين ابن عربی و/ یاد نوورسی- بوشرا خۆرانی
٢٨	ژیانەوەی دڵەکان	ئەحمەد محمد سەعید
٢٩	ڕێبازێکی پەروەردەیی تاقانە لە قورئاندا	ن/ محمد سعيد رمضان البوطي و/ عومەر ڕێشاوی
٣٠	بیرکردنەوەت بگۆڕە ژیانت بگۆڕە	ن/ برایان ترێسی و/ داستان شەریف
٣١	١٠ خاڵ پێشچوونە زانکۆ	ن/ یاسر عبدالکریم بکار و/ ڕەوەند حەکیم
٣٢	چیرۆکەکانی ژیان	ن/ عەلی تەنتاوی و/دیار ئیبراهیم سەنگەسەری
٣٣	زمانی دووەم	ئەهرۆ جەرجیس

٣٤	سڵاوت لێ بێ ئەی پێغەمبەری خوا	ن/ موستەفا حوسنی و/بەسام مەحمود
٣٥	فێربوونی فەرەنسی	بابان عەلی مەحمود
٣٦	فەرهەنگی دەرمان	ئەحمەد گوڵ
٣٧	دوایین پیاوی ئەندەلووس	زامدار قادری
٣٨	لەگەڵ خەڵکدا	ن/ عەلی تەنتاوی و/ ئەیاد فەهمی
٣٩	مرۆڤ و دادپەروەری خودا لە زەویدا	ن/ محمد سعید رمضان البوطي و/ عومەر ئەحمەد نیزامی
٤٠	نزاکانی مەولانا	کۆساران ئەحمەد
٤١	ڕەوشتی گفتوگۆ لە قورئانی پیرۆزدا	ن/ محمد سعید رمضان البوطي و/ ئەمجەد تەهاوی
٤٢	یادی پیاوچاکان	ن/ عەتتار نەیشاپووری و/ کۆساران ئەحمەد
٤٣	١٠١ کۆدی ئاریۆس	ن/ جیهاد الترباني و/ ئەحمەد حمدامین مەنتك
٤٤	ئەوروپا لە تەکنەلۆژیاوە بەرەو ڕۆحانییەت	ن/ محمد سعید رمضان البوطي و/ دیاز ئیبراهیم سەنگەسەری
٤٥	پەندەکانی سەعدی	ن/ غوڵامرەزا سەوالونی و/ مەهدی عەبدوڵڵا
٤٦	سەعدی (شاعیری عیشق و ژیان)	ن/ د.مەنوچەهر دانش پژوە و/ مەهدی عەبدوڵڵا
٤٧	خاڵبەندی ڕێساکانی بەکارهێنانی بە نووسیندا	جووتیار قارەمان
٤٨	جلاء الخاطر بە کوردی	ن/ شێخ عبدالقادر گەیلانی و/ عبدالرحمن محمد امین
٤٩	فیزیایی بەختەوەری	ن: سەعید نوبان و: ئەیاد فەهمی
٥٠	٤ شەقامی سەرکەوتن	ن: د. ئیهاب فکری

		و: مەحمود یاسین
٥١	دوکانی خۆکوژی	ن: ژان توولێ و: هەدیە عەلی
٥٢	ماچی یەکەم	ن: کەریم کاکە
٥٣	ڕووی نازەنینی خودا ماچ کە	ن: مستەفا مەستوور و: بێژەن تۆفیق
٥٤	دەرگاکانی میهرەبانی	ن: وەسیم یوسف و: کامەران عومەر
٥٥	موریدی حەزرەتی پەروانەم	زامدار قادری
٥٦	خۆت بە	ن: لەمیا ئیبراهیم هومەیل و: نێچیروان جاسم وەلی

تەنیا بۆ ئافرەتان

ئەم کتێبەی بەردەستتان، بەرهەمی (ئێم. سۆسا)ی نووسەری کتێبی (دووڕیان)ە. ئەو بە خامە کاریگەرەکەی، بیرکردنەوە و ئەزموونەکانی خۆی لە یەکەمین بەرهەمیدا بە ناوی (تەنیا بۆ ئافرەتان) خستوونەتە بەردەست ئەوانی دیکە تا بەڵکوو ژنان دووبارە بەهای لەدەستچووی خۆیان بەدەست بهێننەوە.

ئەم کتێبە لە جڵەوکردنی هەست و سۆزتاندا یارمەتیدەرتان دەبێت و لەوانە ببێتە هۆکارێك بۆ بیرهێنانەوەی یادگارییە ناخۆشەکانتان و تەنانەت لەوانەشە نیشانتان بدات لە چ هەنگاوێکی هاوسەرگیریی پێشووتاندا بە هەڵەدا چوونە، بەڵام وانەیەکی گرنگ و بەبایەختان دەداتێ: خۆشویستنی خود.

هەروەها ئەم کتێبە هەموو ئەو هەڵانە دەخاتە ڕوو کە ئێمەی ژنان بەزۆری لە هاوسەرگیریدا تووشیان دەبین.

ئەگەر ناتوانن دان بەو هەڵانەدا بنێن یان ڕووبەڕوویان ببنەوە، ئەوا ئەم کتێبە بەکەڵکی ئێوە نایێت، بەڵام ڕاستییەکەی ئەوەیە کە هیچ کەسێك لە خوێندنەوەی ئەم کتێبە بێنیاز نییە، تەنانەت منیش.

Cover Design: **Bassam Mahmoud** (@bassamart10)

هەولێر، بازاڕی ڕۆشنبیری، تەلیشت پارێزگا
+964 750 406 6674
ناوەندی ڕەها Nawandi Raha



